لاالہ الااللہ محمد رسول اللہ

صابری مٹیریا میڈیکا (4 ایڈیشن)

Sabri Materia Medica (Fourth Edition)

(چہارم اضافہ شدہ اور ترمیم شدہ ایڈیشن)

تکمیل ہومیوپیتھی، تجدید ہومیوپیتھی، تسہیل ہومیوپیتھی

ڈاکٹر بنانے والے کتاب

جمعہ، 10 نومبر، 2023

ڈاکٹر علامہ ماجد حسین صابری (گجرات)

Classical Single Remedy Doctor

03494143244

https://web.facebook.com/HDrMajidHussainSabri

وہ کتاب جس کو پڑھنے کے بعد آپ بڑی آسانی سے کلینک چلا سکیں گے اور علاج کر سکیں گے۔ مجھ سے بہت سے ڈاکٹر نے کال کرکے کہا کہ ہمیں ہومیوپیتھک کی کسی کالج یا ڈاکٹر یا کتاب پڑھ کر ایسی سمجھ نہیں آئی جیسی سمجھ آپ کی کتاب پڑھ کر آئی ہے۔ الحمدللہ، ثم الحمدللہ۔ یہ کتاب پڑھ کر آپ صحیح معنی میں ہومیوڈاکٹر بن جائیں گے۔

وہ کتاب جس میں ہر ہومیوپیتھ ڈاکٹر کے لئے بہت کچھ ہے اور آپ کو ڈاکٹر بنانے کی صلاحیت رکھتی ہے۔ وہ کتاب جس میں انسانیت کی حقیقی مستقل قدرتی صحت موجود ہے۔ وہ صحت، توانائی، اور طاقت جو 15 سال کی عمر میں عموماہر انسان کو حاصل تھی۔ الحمدللہ، میں نے اس کتاب پر دن رات محنت کی ہے۔ اس کا اجر اللہ تعالی کے سوا کوئی نہیں دے سکتا۔ اللہ تعالی اس کتاب کو دنیا اور آخرت میں خیر کا ذریعہ بنائے، اپنے بارگاہ مقدسہ میں قبول فرمائے۔

ایک وقت آئے گا کہ ہنیمن کے بعد ہومیوپیتھک میں میرا ہی نام لیا جائے گا۔ ان شاء اللہ۔

اس کتاب کا طرز بیان ایسا ہے جو ہومیوپیتھک سمجھنے کی طرف مائل کرتا ہے۔ آسان سمجھنے میں آنے والا طرز بیان ہے۔ اس کتاب کو 11 بار اور کاشی رام انسائکلوپیڈیا کو 11 بار پڑھیں، ان شاء اللہ، آپ کو ہومیوپیتھک کی ضرور سمجھ آئے گی۔ ان دونوں کتابوں کو تمام زندگی بار بار پڑھتے رہنا، ان شاء اللہ، دن بدن ترقی کرتے جائیں گے۔

کتاب کی قیمت

کتاب کی قیمت: 7000 ہے۔ یہ اس لئے کہ اس کتاب کو لکھنے میں میرے 10 سال لگے ہیں۔اس کتاب کی ہر بات ریسرچ، تحقیق اور مشاہدات کرنے کے بعد بڑی ذمہ داری سے لکی گئی ہے۔ یہ کلینکل پریکٹس کی بنیاد پر لکھی ہوئی کتاب ہے۔ یہ صرف دوسری کتاب سے نقل شدہ یا سنی سنائی باتوں نہیں۔اس کتاب کو پڑھ کر ابھی تک لاتعداد سٹوڈنٹ نے ناامیدی سے نکل کر کلینک شروع کیا اور بے شمار ڈاکٹروں کا کلینک چلایا ہے۔ یہ صرف مٹیریا میڈیکا نہیں بلکہ اس میں ہومیو پیتھک ڈاکٹروں کے لئے ہر ضروری اور مشکل موضوعات شامل ہیں۔ یہ ہر موضوع پر بات کرنے والی کتاب ہے۔اس کتاب نے ہومیو پیتھک ڈاکٹرز کی تمام تر مشکلات اور مسائل کو حل کر دیا ہے۔آپ کو یہ کتاب صرف مجھ سے ملے گی۔اس کے حقوق میرے پاس محفوظ ہیں۔یہ کتاب کسی کو پبلش کرنے یا اس کے کسی حصہ کو شائع کرنے کی کسی کو بھی اجازت نہیں ہے۔اس کی PDF بنانے کی بھی اجازت نہیں ہے۔ورنہ ہم قانونی کاروائی کروا سکتے ہیں۔

انسان کی زندگی کا حقیقی مقصد؟

الحمدللہ، زندگی میں ایک بڑا گول اور مقصد حاصل کر لیا ہے۔ میں اللہ تعالی کے فضل و کرم سے کامیاب لوگوں میں سے ہوں۔ وہ میری کتاب صابری مٹیریا میڈیکا ہے۔800 بڑے صفحات پر ایک جامع ہومیو پیتھک کتاب ہے۔ الحمدللہ 500 ڈاکٹروں اور سٹوڈنٹ نے فون کال کر کے کتاب کی مبارک باد دی اور شکریہ اداء کیا ہے۔ اللہ تعالی اپنے فضل و کرم سے اس نیکی کی حفاظت فرمائے اور دونوں جہانوں میں اس کا اجر عظیم عطاء فرمائے۔ زندگی میں کوئی بڑا کام کر سکنا بہت کم لوگوں کے نصیب میں ہوتا ہے۔ اللہ تعالی سب کو توفیق عطاء فرمائے۔

جو کامیاب ہو چکا ہو، وہ کامیابی کے تمام اصول و قوانین کو جانتا ہوتا ہے۔ وہ کامیابی کی راہ اور اس پر چلنا جانتا ہے۔ وہ رستے کی تمام تر مشکلات اور مصائب کو جانتا ہے۔ ہر چیلنج کا مقابلہ کرنا جانتا ہوتا ہے۔

میں نے اپنے تین شاگردوں کو بڑا میشن دیا ہے۔ ان کی مدد کرنے کا وعدہ بھی کیا ہے۔ اس کی تفصیل اور اس کو پورا کرنے کا طریقہ کار بھی بتایا ہے۔ وہ تینوں ہومیو پیتھک ڈاکٹر ہیں۔ میں نے ان تینوں کو کہا کہ اگر تم یہ کام کرتے ہیں، تو ہومیو پیتھی کیمونٹی میں تمہاری بھی اتنی عزت ہو گی جتنی میری ہے۔ ہاں، میں نے تم کو جو کام دیا ہے وہ وقت، محنت، توجہ، مشکلات کا سامنا، اور پختہ ارادہ مانگتا ہے۔ کوئی بھی بڑی کامیابی کم وقت اور بغیر محنت شاقہ کے نہیں ملتی ہے۔ جلد بازی نہ کرنا، ہمت نہ ہارنا، ناکام نامراد لوگوں کی بات بالکل نہ سننا، ہمیشہ اللہ تعالی سے دعا مانگتے رہنا اور لوگوں کی شر سے اس کی پناہ مانگتے رہنا، مسلسل محنت کرنا، کبھی مایوس نہ ہونا، سب کاموں سے زیادہ اپنے کام کو اہمیت اور وقت دینا۔

سب سے بڑی وہ نیکی ہوتی ہے، جس کا فائدہ عام ہوتا ہے۔ اس کا فائدہ بے شمار لوگوں کو ہوتا ہے۔ اس کا فائدہ آپ کو بھی، آپ کی اولاد کو بھی، آپ کے ملک کو بھی اور آپ جس کمیونٹی میں کام کرتے ہیں، ان کو بھی ہوتا ہے۔ یہ نیکی دونوں جہانوں میں کام آتی ہے۔ اللہ تعالی اس طرح کی نیکی سے سب سے زیادہ راضی ہوتا ہے۔ اللہ تعالی کی نظر میں عزت سب سے قیمتی چیز ہے۔ کوئی بھی نیکی یا گناہ کرتے وقت یہ بات خوب یاد رکھنا کہ اللہ تعالی تم کو دیکھ رہا ہے۔ اللہ تعالی سے شرم کرنا۔ تمہارے ساتھ اللہ تعالی نے جو فرشتے مقرر کیئے ہیں وہ بھی تم کو دیکھ رہے ہیں۔ تمہارے ساتھ شیطان موجود ہے وہ بھی تم کو دیکھ رہا ہے۔

زندگی میں کوئی بہت ہی بڑا کام کر جانا ہی زندگی کا اصل حقیقی مقصد ہے۔ یہ ہی زندگی کا ماحاصل اور کمائی ہے۔ یہ ہی کامیابی کی اصل راہ ہے، کہ تمہارے جانے کے بعد تمہاری نیک نامی ہمیشہ باقی رہے اور کوئی تم کو دعا دینے والا تمہارے پیچھے ہو۔ وہ انسان بڑے نصیب والا ہے جس کو کوئی دعا دینے والا ہو۔

ہاں۔ اکثر لوگوں کی زندگی بے مقصد ہوتی ہے۔ جب ان کی موت ہوتی ہے تو وہ پیچھے انسانیت اور دین کے لئے کچھ چھوڑ کر نہیں جاتے۔ اس طرح کے لوگوں کی زندگی فضول ہوتی ہے۔ یہ اکثر لوگوں کی زندگی ہے۔ تو اس کی پیروی نہ کرنا۔ اپنی زندگی کا کوئی بڑا گول بنانا اور اس کو حاصل کرنے کی کوشش کرنا۔ اللہ تعالی بے مقصد زندگی سے بچائے۔

اے میرے بیٹے! اپنی زندگی میں کوئی بہت بڑا کام ضرور کرنا۔ یہ زندگی کا ماحاصل اور مقصد ہے۔

اللہ تعالی کی "بارگاہ صمد" سے بڑے کام کا دونوں جہانوں میں بڑا اجر ملتا ہے۔ وہ بہت مہربان، بہت رہنمائی کرنے والا، زبردست انتقام لینے والا، محبت کرنے والا، ساتھ دینے والا، ہر ایک شر سے بچانے والا، حامی و ناصر ہے۔ اس کی پناہ سب سے بہترین پناہ ہے، اس کی محبت سب سے بڑی محبت ہے، اس کی وفاء سب سے زیادہ ہے، اور اس کی رحمت کا دروازہ ہر وقت کھلا ہے۔ اس سے دوستی لگاؤ، وہ تیرا کارساز، بہترین وکیل، اور قوی مددگار ہے۔ وہ اس جگہ سے اپنے اولیاء (دوستوں) کی مدد کرتا ہے، جہاں سے گمان بھی نہیں ہوتا۔

اے میرے بیٹے اور میرے پیارے شاگرد! اللہ تعالی تجھے بامقصد زندگی دے، تو انسانیت اور دین کے لئے کوئی بڑا کام کر سکے۔

میں چاہتا ہوں کہ تو بامقصد بامراد زندگی گزارے تاکہ تیرے مرنے کے بعد تجھے کوئی دعا دینے والا، کوئی نیک نام سے یاد کرنے والا ہو، آخرت میں بھی تجھے اس کا بڑا اجر ملے۔ اللہ تعالی کی دوستی اور رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کی رحمت تم پر ہمیشہ نازل ہوتی رہے گی۔

اگر تجھے کوئی بڑا کام نہیں مل رہا اور تو بلامقصد محنت کر رہا ہے، تو مجھ سے رابطہ کر لے۔ امید ہے کہ میں تیری رہنمائی کر سکوں گا۔ جو خود بڑی کامیابی یا بڑا کارنامہ کر لیتا ہے اسے رہنمائی کرنا بھی آتا ہے۔ بڑ سوچ کے مالک اور وسیع علم کے سمندر ہی کچھ بڑا کام کر پاتے ہیں۔ کم علم اور کتابوں سے دور لوگ اپنی زندگی میں کوئی بڑا کام نہیں کر پاتے۔ تو زیادہ سے زیادہ کتابیں پڑھ۔ کتابوں سے علم ملتا ہے۔ علم سے شعور۔ شعور سے مقصد۔ مقصد سے حقیقی زندگی ملتی ہے۔

انتساب

اپنی والدہ مرحومہ (رحمہ اللہ تعالی علیہا) کے نام جن کی دعاؤں کے صدقہ مجھے آج یہ علمی مقام و مرتبہ ملا، میں اپنی زندگی میں ایک بڑا کام کر سکا۔ بڑے نصیب والے ہیں، وہ لوگ جو اپنی زندگی میں کوئی بڑا کام کر جاتے ہیں۔ جن کی نیک نامی باقی رہتی ہے۔ حشر کے میدان میں وہ رسواء نہیں ہوں گے۔ میری ماں کہا کرتی تھی کہ جب ماجد کو دوائیاں دینی آجائیں گی تو وہ اپنی زندگی میں کامیاب ہو جائے گا۔ الحمد للہ، اب دوائیاں دینی آگئی ہیں، اللہ تعالی نے کامیابی زندگی عطاء کی ہے۔

اپنے بھائی ساجد کے نام، جس نے زندگی میں مجھے سب سے زیادہ سپوٹ کی اور ہر طرح کا ساتھ دیا۔ اللہ تعالی اسے اجر عظیم عطاء فرمائے۔

اپنے بیٹے محمد ابراہیم صابری (ابھی اس کی عمر 5 سال ہے) کے نام جس کی محبت کی وجہ سے میں آج زندہ ہوں۔ جب مصیبت کے چار سالہ دور میں امید زندگی ختم ہو گئی تو اس کی مسکراہٹ نے سہارا دیا اور جینے کی امید دلائی۔ جب تمام رشتہ دار، دوست، شاگرد، ہمسائے، اور ہمدرد چھوڑ جائیں، تو کسی ایک کا سہارا کافی ہوا کرتا ہے۔ وہ اللہ تعالی کی رحمت ہوتا ہے۔ وہ مجھ سے بہت محبت کرتا ہے۔

اپنی بیگم صاحبہ کے نام جس نے چار سال ہر طرح کے مصائب والم کے باوجود سب سے زیادہ ساتھ دیا اور ہر طرح کی تکلیفات میرے ساتھ میرے لئے برداشت کی۔ پاک دامن، نیک صفت، باحیاء، باوفاء، ذہین، خوبصورت، ہمدرد، مصیبت کے وقت ساتھ دینے والی، خوف خدا رکھنے والی ہمسفر کسی کسی نصیب والے کو ملتی ہے۔

اپنے استاذ مکرم علامہ خالد محمود قادری اشرفی (جانی چک) کے نام کہ جن کی محبتوں اور طرفداریوں کی وجہ سے 9 سالہ عالم دین کورس مکمل کر سکا۔ ان کی محبتیں زندگی کے خوبصورت لمحات ہیں۔ یہ علم دین کی ہی برکت ہے کہ میں دنیا کا ہر علم احسن طریقہ سے سمجھ سکتا ہوں۔ اسلامی مدارس میں 24 علوم پڑھائے جاتے ہیں۔ وہ انسانی ذہن کو وسعت اور شعور دیتے ہیں۔ اللہ تعالی سے علم والے ہی ڈرتے ہیں (القرآن)۔

ان سب سے بڑھ کر اللہ تعالی کے نام جس نے میری ہر مشکل میں رہنمائی فرمائے، ہر معاملہ میں روحانی مدد فرمائے، رحمت العالمین رسول اللہ ﷺ کے نام جن کی رحمت کا سایہ سب پر قائم ہے، اپنے مرشد علاؤالدین علی احمد صابر کلیری رحمہ اللہ علیہ کے نام جن کی نظر فیض سے یہ عاصی دلِ روشن ہے۔

اللہ تعالی ہر مسلمان کو اچھے مددگار عطاء فرمائے۔ نیک لوگوں کی دوست اللہ تعالی کی مدد ہوتی ہے۔ اللہ تعالی سب کو نیک ہمدرد ذہین کامیاب دوست عطاء فرمائے۔ زیادہ سے زیادہ عطاء فرمائے۔ مصیبت کے وقت مددگار کا ملنا مصیبت کا خاتمہ ہوتا ہے۔

ڈاکٹر علامہ ماجد حسین صابری (گجرات)

کتاب صابری مٹیر یا میڈیکا پر کچھ ڈاکٹرز کے تبصرے

صابری مٹیر یا میڈیکا پر محترم جناب ڈاکٹر شہزاد خالد رضوان (حافظ آباد) کا بہت ہی پیارا تبصرہ !

صابری میٹریا میڈیکا ہومیوپیتھک کی بے تاج بادشاہ کتاب، ہر ہومیو کا سوال جو آپ کرنا چاہتے ہیں، کریں۔ یہ کتاب آپ کے ہر سوال کا جواب دے گی، کوئی دوائی، کوئی علامت، کوئی بیماری، جو آپ جاننا چاہتے ہیں، اس میں آپ کو ملے گی۔ سنا ہے لکھنا بڑا مشکل فن ہے مگر لکھنے والے ہی تو مشکل آسان کر دیتے ہیں۔ اس کتاب میں ہومیوپیتھی جیسے مشکل مضمون کو مصنف نے اتنا آسان کر دیا ہے کہ ہم برملا طور پر کہہ سکتے ہیں کہ : ''نئے انداز سے لکھی گئی، منفرد کتاب، آج تک ایسا انداز آپ نے ہومیوپیتھی میں پہلے نہیں دیکھا ہوگا''۔ جو جناب محترم ڈاکٹر ماجد حسین صابری صاحب (گجرات) کی دس سالہ محنت کا نچوڑ ہے۔ یہ کتاب گوہر نایاب سے کم نہیں۔ ہومیوپیتھک ڈاکٹر شہزاد خالد حافظ آباد

منگل، 17 اکتوبر، 2023

گجرات کے نامور مشہور محترم جناب ڈاکٹر الماس حاجی کا میری کتاب صابری مٹیر یا میڈیکا پر بہترین تبصرہ !

ہم سمجھتے ہیں کہ ہم نے خود بھی ہومیوپیتھی میں کوئی کارنامہ نہیں کیا۔ لیکن گجرات کے ہومیوپیتھک ڈاکٹر ماجد حُسین صابری نے ایک کارنامہ کیا ہے کہ انہوں نے ہومیوپیتھک پر آخری کتاب لکھ دی ہے، اس کے نام میں تو میٹریا میڈیکا آتا ہے، پر یہ صرف میٹریا میڈیکا کی کتاب نہیں، یہ ایک عام ہومیو ڈاکٹر کا کلینک پر اُسکا ساتھی یا اسسٹنٹ کتاب ہے، جس کے بغیر آج کے دور میں ہومیوپیتھک پریکٹس تقریباً ناممکن ہے۔

ڈاکٹر ماجد صابری صاحب نے اس کتاب ایسی ہومیوپیتھک ادویات جن کی روزمرہ میں پریکٹس کی ضرورت ہوتی ہے، اور جو بار بار استعمال ہوتیں، انکا میٹریا میڈیکا، اور انکی پوٹینسی دینے کا طریقہ پر مشتمل پاکستان کا سب سے بہترین میٹریا میڈیکا لکھا ہے۔ کسی مریض کی Constitution دوا نکالنا یا میازم معلوم کرنا، اب مسئلہ نہیں رہا۔

آپ چار سال DHMS کے دوران اتنا علم حاصل نہیں کرتے جتنا آپ اس ایک کتاب صابری میٹریا میڈیکا کتاب کو پڑھ کر حاصل کر سکتے ہیں۔ اور اپنی ہومیوپیتھک پریکٹس کو کامیاب بنا سکتے ہیں۔

آپ لوگ نزلہ زکام کھانسی بخار اور کبھی کبھی ہیپاٹائٹس یا گُردے کی پتھری کو ہومیوپیتھک دوا سے نکالنے کو بڑا کارنامہ کہتے ہیں، جی نہیں یہ کوئی کارنامہ نہیں۔ یا وہ ڈاکٹرز جو ایک دن میں 420 مریض دیکھ لے اس کو بڑا کارنامہ کہتے ہیں، جب کہ ہسپتال کا سیکورٹی گارڈ ہومیوپیتھک ڈاکٹر نعیم کے مطابق وہ روز پانچ سے دس ہزار مریض دیکھتا ہے، مریضوں کو اپنے کلینک سے گزارنا یا ہسپتال کے دروازے پر سے گزرتے مریض دیکھنا کوئی کارنامہ نہیں۔

ایسے مریض کا علاج کرنا، جو دیگر طریقہ علاج میں ناقابل علاج ہو چکے ہوں، ان کا پیور ہومیوپیتھک علاج کرکے، اپنے تجربات و مشاہدات اس انداز میں پیش کرنا کہ دوسرے بھی اس سے مستفید ہو کر، لوگوں کا یا مریضوں کا علاج کرکے ہومیوپیتھی کیلئے نیک نامی کمائیں، یہ کارنامہ ہے۔ اس کتاب میں کیورڈ کیسسز بھی موجود ہیں۔ اس کتاب میں لاعلاج بیماریوں کا ہومیوپیتھک علاج کرنے کا طریقہ بیان کیا گیا ہے۔

ڈاکٹر فائزہ خوشنود لاہور کا میری کتاب پر تبصرہ

میں ہومیو فزیشن فائزہ خوشنود عرصہ بیس سال سے ہومیوپیتھی سے منسلک ہوں۔ اور گیارہ سالوں سے رفاہ عامہ ہسپتال شاد باغ لاہور میں باقاعدہ پریکٹس کر رہی ہوں۔

ہومیوپیتھی پڑھتے ہوئے، سیکھتے ہوئے، مریض دیکھتے ہوئے دو دہائیاں گزر گئیں۔ کالج میں ہومیوپیتھی پڑھتے ہوئے، اور کالج کے بعد پریکٹس کرتے ہوئے بہت سی کتابیں پڑھیں۔ جارج وتھالکس کو پڑھتے ہوئے آگاہی کا ایک اور نظریہ سامنے آیا۔ وہ باتیں، وہ علامتیں، جن کو ایلوپیتھی کوئی اہمیت نہیں دیتی، پرواہ نہیں کرتی ان علامت کو مد نظر رکھ کر جارج وتھالکس نے مریضوں کو شفایاب کیا۔

یہ علامات حیرت انگیز تھیں۔ یہ طریقہ علاج مجھے بہت اچھا لگا۔ یہ کامیاب آسان طریقہ کار، طریقہ علاج سیکھنے کا بہت ہی شوق اور لگن دل میں پیدا ہوئی۔۔ ایسا کون ہو سکتا ہے جو یہ طریقہ سکھائے؟ پھر نیت بامراد ڈاکٹر ماجد حسین صابری سے اللہ نے ملوادیا۔ ان کا طریق تشخیص، طریقہ علاج سب کا سب بہترین اعلی اور قابل عمل تھا۔

اور آج ان کی کتاب صابری میٹیریا میڈیکا ہمارے ہاتھوں میں موجود ہے۔ میسر ہے۔ میں اللہ باری تعالیٰ کا جتنا شکر ادا کروں وہ کم ہے۔ آج اللہ نے ایک ایسی کتاب ہمیں میسر کر دی کہ : ہمیں گھروں میں پیناڈول رکھنے کی ضرورت نہیں رہی۔ میرے گھر فلیجل ختم ہو چکی ہے۔

ایک ایسی کتاب، ایک ایسا انسائیکلوپیڈیا جسے پڑھنے کے لئے ہومیو فزیشن ہونا ضروری نہیں۔۔۔

ایک آسان قابل فہم سلیس اردو میں لکھی گئی کتاب، صابری میٹیریا میڈیکا۔ جس میں ڈاکٹر ماجد صاحب نے ایکوٹ کیسز میں استعمال ہونے والی ادویہ۔ مزمن کیسز میں استعمال ہونے والی ادویہ۔ شفا کی راہ میں حائل رکاوٹیں۔ کیس ٹیکنگ فارم۔ درست پوٹینسی کا انتخاب۔

اور آخر میں ہماری رہنمائی کے لئے ان کے کامیاب کیسز پر سیر لاحاصل گفتگو کی۔ کہ ایک نالائق سے نالائق شخص بھی پڑھے تو میرا دعوی ہے کہ وہ کامیاب ہومیو پیتھ بنے گا۔ اور ایک ہومیوپیتھی اپنے مریضوں کا علاج کرسکے گا۔ نزلہ زکام کے مریض ایک طرف ان مریضوں کا علاج بھی کرے گا جنھیں ایلوپیتھک ڈاکٹر حضرات لاعلاج قرار دے کر زندہ درگور کر چکے ہیں۔ ان شاء اللہ۔۔۔ اللہ تعالیٰ صابری میٹیریا میڈیکا کو اتنی ہی کامیابیوں سے نوازے گا۔۔۔

اللہ تعالیٰ ڈاکٹر ماجد حسین صابری کو اجر عظیم دے۔ اور انکے شاہکار صابری میٹیریا میڈیکا کو ڈھیروں ڈھیر کامیابیوں سے نوازے۔ ہر فزیشن کی میز کی زینت بنے اور کتاب ورلڈ ریکارڈ قائم کرے۔

میری نیشنل ہومیوپیتھک کونسل سے دل کی گہرائیوں سے گزارش ہے کہ اسی میٹیریا میڈیکا، صابری میٹیریا میڈیکا کو نصاب میں شامل کرے۔ ہومیوپیتھی کا ہر طالب علم اس کتاب کو پڑھے، یاد کرے۔ اس پر عمل کرے۔ اور کامیاب ہومیو پیتھ بنے۔ اور انسانیت کو آسان اور سستی شفا دلانے میں کامیابی کے جھنڈے گاڑے۔ آمین الٰہمہ آمین۔

میری آپ سب سے درخواست ہے۔ آپ کتاب خریدیں۔ کتاب پڑھیں۔ کتاب سمجھیں۔ اور پھر اپنے مریضوں گھر والوں کا کامیاب علاج کریں۔

جزاک اللہ، ہومیو فزیشن فائزہ خوشنود

گجرات کے مشہور و معروف ڈاکٹر ساجد محمود ملاں کا نفیس تبصرہ

جناب عزت مآب علامہ ڈاکٹر ماجد حسین صابری صاحب کی گولیکی گجرات ساجد ہومیوپیتھک کلینک پر تشریف آوری اور چھ گھنٹوں پر مشتمل طویل ہومیوپیتھک پر تبادلہ خیالات اور محترم نے اپنی کتاب صابری مٹیریا میڈیکا، ماشاء اللہ کتاب واقعہ ہی قابل تعریف ہے لیکن یاد رکھیے کوئی بھی چیز کامل نہیں ہوتی کامل یا پرفیکٹ صرف اللہ کی ذات ہے لیکن یہ کتاب آپ کی ہومیوپیتھی میں پریکٹس اور تشنگی کو ان شاء اللہ کافی حد تک مکمل کرے گی یہ کتاب بہت سارے پہلوؤں سے ہومیوپیتھی کے لیے ایک جدید ترین اضافہ اور عظیم تحفہ ثابت ہوگی ان شاء اللہ باقی اس کتاب پہ میں اپنا ریویو دے چکا ہوں اور میں اس پہ متفق ہوں میں محترم ڈاکٹر ماجد حسین صابری صاحب کا بہت مشکور ہوں جنہوں نے اپنی 10 سالہ محنت کی کاوش مجھے ساجد ہومیوپیتھک کلینک گولیکی پر تشریف لاکر پیش کی اور مجھے فخر ہے کہ مجھے زندگی کے پانچ چھ گھنٹے ان کی رفاقت نصیب ہوئی اور ان سے بہت کچھ سیکھنے کو ملا اور بہت زیادہ نالج شیئرنگ ہوئی آپ سب دوستوں سے بھی درخواست ہے کہ آپ بھی صابری میٹیریا میڈیکا خریدیں اور اس کا مطالعہ کریں اور اس کو اپنے کلینک کی زینت بنائیں ان شاء اللہ تعالی آپ اس سے بہت زیادہ استفادہ حاصل کریں گے یہ آپ کے لیے بہت مفید ثابت ہوگی اور اسے ہر گھر کے لیے اور ہر فرد کے لیے میں ریکمنڈ کرتا ہوں کیونکہ یہ ہر گھر اور فرد کے لیے بھی اتنی ہی مفید ہے جتنی کسی ڈاکٹر کے لیے آخر میں ڈاکٹر ماجد صاحب جو کہ عالم بھی ہیں ہومیوپیتھک ڈاکٹر بھی ہیں محقق بھی ہیں اور ضلع گجرات کا فخر ہیں ان کا پھر شکریہ ادا کرتا ہوں اور امید کرتا ہوں کہ وہ اسی طرح اپنی تحقیق اور محنتوں سے ہومیوپیتھی میں نئے سے نئے علمی ابواب کا اضافہ کرتے رہیں گے ان شاء اللہ بہت شکریہ

کتاب صابری مٹیریا میڈیکا کے مصنف: ڈاکٹر ماجد حسین صابری (گجرات)۔ کامل ہومیوپیتھک کلینک۔۔۔03494143244

صابری مٹیریا میڈیکا پر میرا ذاتی تبصرہ

الحمد للہ، مجھے بہت زیادہ ڈاکٹروں نے کہا ہے کہ آپ ہومیوپیتھک کے مجدد ہیں. میری کتاب صابری مٹیریا میڈیکا میرا تجدیدی کارنامہ ہے. یہ سب اللہ تعالی کی روحانی مدد اور رہنمائی سے ہی ممکن ہو سکا ہے.

کوئی بھی اعتراض کرنے سے پہلے ایک بار میری کتاب صابری مٹیریا میڈیکا ضرور پڑھ لینا. جس ڈاکٹر نے میری کتاب ایک بار پڑھ لی وہ زندگی میں کبھی یہ نہیں کہہ سکتا کہ مجھے ہومیوپیتھک کی سمجھ نہیں آرہی. میں نے 10 سال دن رات محنت کرکے ہومیوپیتھک ڈاکٹر کی تمام تر مشکلات کو حل کر دیا ہے. میں نے 10 سال صرف اس ایک بات پر محنت اور توجہ دی ہے کہ میں ہومیوپیتھک ڈاکٹر کو ہومیوپیتھی سکھا سکوں اور ان کی تمام مشکلات دور کر سکوں.

الحمد للہ، اللہ تعالی نے مجھے اپنے مقصد میں کامیاب کر دیا ہے. اللہ تعالی نے رسول اللہ رحمت للعالمین صلی اللہ علیہ وسلم کے صدقہ قبول کیا. میری کتاب کی برکت سے بے شمار ہومیوپیتھک ڈاکٹر کے کلینک چل چلے ہیں، اور لاتعداد سٹوڈنٹ نے اس کتاب کی مدد سے کلینک شروع کر لیا ہے. آپ بھی اس کتاب کو پڑھنے کے بعد کلینک بنا سکیں گے، مریضوں کو شفایاب کر سکیں گے. میری کتاب صابری مٹیری میڈیکا کو ایک بار ضرور پڑھنا.

یہ کتاب صابری مٹیریا میڈیکا پہلا اسلامی مٹیریا میڈیکا ہے. میرا کام آپ کو سیکھانا تھا، سو سیکھا دیا، اب کتاب پڑھنا، اس پر عمل کرنا، محنت کرنا، ہومیو پیتھک کو ہر روز سب سے زیادہ وقت دینا آپ کا کام ہے. ان شاء اللہ، ہزاروں سالوں تک ہومیو پیتھک دنیا مجھے یاد رکھے گی، کوئی مجھے دعا دینا والا، کوئی میرے لئے نفل پڑھنے والا اللہ تعالی کے فضل و کرم سے ضرور ہوگا. بلکہ آخرت میں بھی اس بڑی نیکی کا اجر عظیم ملے گا. خیر الناس من ینفع الناس. دوستو! دعاؤں میں یاد رکھنا، اللہ تعالی آپ کے رزق میں اضافہ فرمائے اور آپ کے تمام مریضوں کو شفایاب کرے.

جمعرات، 19 اکتوبر، 2023۔ڈاکٹر ماجد حسین صابری۔ گجرات پاکستان۔کامل ہومیو پیتھک کلینک۔

https://www.facebook.com/HDrMajidHussainSabri

مقدمہ کتاب

آپ کو اس کتاب میں کیا ملے گا؟

1. 10 عام اکیوٹ امراض، ان کی علامات اور علاج۔ 37 اکیوٹ امراض کی ادویہ اور ان کی کلیدی علامات۔ اکیوٹ امراض میں ادویہ استعمال کرنے کا طریقہ اور کیس ٹیکنگ کا طریقہ۔ بخار کی 26 اقسام اور بخار کے مریض کا کیس حل کرنے کے لئے سوال نامہ۔ ان شاء اللہ، یہ 37 اکیوٹ میڈیسن والا مضمون پڑھ کر آپ کے لئے روز مرہ کے عام امراض جیسا کہ درد سر، زکام، گلا خراب، سینہ کے امراض، پیٹ درد، دانت درد، خارش، کھانسی وغیرہ کا علاج کرنا بالکل آسان ہو جائے گا۔ اس سے آپ کا حوصلہ بڑھے گا اور آپ مزید محنت کریں گے۔ میرا 37 اکیوٹ میڈیسن پر بڑا لیکچر بھی میری یوٹیوب چینل پر موجود ہے۔ وہ بھی لازمی سننا۔ (https://youtu.be/o11FFrzF5-o)
2. 37 ادویہ کی کلیدی تمام علامات اور کلیدی علامات کا آسان طریقہ سے بیان، جن کی ہر ہومیوپیتھ کو تلاش ہوتی ہے۔ خاص کر بخار کی 26 اقسام حیران کن ہیں، جن کی افادیت لامتناہی ہے۔ الحمد للہ، 37 اکیوٹ میڈیسن والے مضمون سے سٹوڈنٹ اور ہومیو شائقین کو بہت زیادہ فائدہ ہوا ہے۔ یہ مضمون میری کتاب کا سب سے مشہور مضمون ہے۔ اگر آپ ابھی ڈپلومہ کر رہے ہیں اور سٹوڈنٹ ہیں تو آپ ابھی سے یہ 37 اکیوٹ میڈیسن کا مطالعہ اور پریکٹس شروع کر دیں۔ کسی بھی کام کی صحیح پوری سمجھ اس کام کو کرنے سے آتی ہے۔ جیسا کہ پانی میں تیراکی کرنا ہے۔ اگر آپ پانی سے باہر کھڑے رہ کر تیراکی سیکھتے رہیں گے تو تیراکی نہیں آئے گی۔ جب آپ پانی میں چھلان لگا کر سیکھیں گے تب آپ کو تیراکی آئے گی۔ اس لئے اس کتاب کو پڑھ کے فوراً پریکٹس شروع کر دیں۔
3. 13 ادویہ کا مختصر جامع آسان کامل بیان، جن کو پڑھنے کے بعد آپ اپنے گھر کا ڈاکٹر بن سکتے ہیں۔ آپ گھر کے روزمرہ کے عام امراض کا علاج کر سکیں گے۔ میں یہ خواہش ہے کہ: اس مضمون کو کوئی صاحب استطاعت یا پاکستانی ہومیوپیتھک کمیونٹی علیحدہ سے پبلش کر کے پاکستانی کے ہر گھر میں پہنچا دے اور ساتھ 13 ادویہ بھی دے۔ یہ صدقہ جاریہ ہوگا۔ اس میں ہومیوپیتھک کی نیک نامی ہے اور لوگوں کا فائدہ بھی ہے۔ لوگ ہومیوپیتھک کی طرف پہلے سے زیادہ متوجہ ہوں گے۔ تاکہ عام لوگوں میں ہومیوپیتھک کا تعارف ہو اور وہ اپنی عام امراض کا خود علاج کر سکیں۔ یہ مضمون بھی بہت زیادہ سوشل میڈیا پر پسند کیا گیا ہے۔ اصول حفظان صحت اور ان 13 کا علم ہر انسان کو ہونا چاہئے تاکہ وہ اپنی صحت کو ہمیشہ قائم رکھ سکے اور چھوٹی چھوٹی باتوں کے لئے ڈاکٹر کے پاس نہ جانا پڑے۔
4. 100 مزاجی ادویہ (100 کانسٹی ٹیوشنل ریمڈی) کا انتہائی جامع، مختصر، عمدہ، آسان، عام فہم، اور قومی زبان میں تعارف۔ مزاجی ادویہ کی بے شمار ایسی علامات جن کا کسی ہومیو کتاب میں وجود ہی نہیں ہے بلکہ وہ میں نے ان ادویہ کے کرانک مریضوں سے نوٹ کی ہیں۔ یہ میری ذاتی تحقیقات میں سے ہے۔ آپ جب لوگوں کے مزاج جاننے میں مہارت حاصل کر لیں گے۔ مزاجی ادویہ کا حصر کہ وہ صرف 100 ہے، ہومیو میں سب سے پہلے میں نے بیان کیا ہے۔ یہ کام میرے تجدید کارناموں میں سے ہے۔
5. یہ کتاب ہومیوپیتھک کے 11 مٹیریا میڈیکا کا خلاصہ اور میری کلینک علامات پر مشتمل ہے، اتنی کتابوں کا خلاصہ لکھنا آسان کام نہیں ہے، نیز میری کلینیکل مشاہداتی علامات کی تعداد کل علامات کا 20% بنتا ہے۔ ان شاء اللہ، یہ کتاب ہومیوپیتھک کی تاریخ میں انقلاب برپا کرے گی۔ اس لئے اس کتاب میں لکھی ہوئی بہت سی باتیں، بیماریوں کا علاج اور ادویہ کی علامات اس سے پہلے کسی بھی مٹیریا میڈیکا میں نہیں ملیں گی۔ یہ دس سالہ ریسرچ کی بنیاد پر لکھی ہوئی کتاب ہے۔ یہ کتاب صرف دوسری کتابوں سے نقل کاپی کر کے نہیں لکھی گئی بلکہ اس کی ہر بات تحقیق ریسرچ کر کے لکھی گئی ہے۔ یہ کتاب نہ ہی نقل ہے اور نہ ہی اس میں کوئی بات ریسرچ تجربہ کے بغیر لکھی گئی ہے۔ ہر ہر بات کو تجربات اور مشاہدات حاصل کرنے کے بعد لکھا گیا ہے۔
6. نظریہ مفرد الاعضاء الثلاثہ کے مطابق ہومیوپیتھک ادویہ کے مزاج، کہ کون سی ادویہ عضلات اعصابی، کون سی عضلاتی غدی، کون سی غدی عضلات، کون سی اعصابی عضلاتی ادویہ ہیں۔ اس سے انسانوں کی طب کے اعتبار سے قسمیں جاننے میں آسانی ہو گی۔
7. پوٹینسی کے بارے میں نایاب معلومات کا خزانہ، ڈھونڈنے سے بھی کسی جگہ سے نہیں ملتا۔
8. کرانک امراض کے لئے کیس ٹیکنگ فارم، جس کی ہر ایک ہومیوپیتھ کو ضرورت ہے۔

9. مجرب اور مستعمل ادویہ کی لسٹ، اس لئے کہ ہر دواء کلینک استعمال میں نہیں آتی، جو استعمال میں ہیں ان کا علم ہو نا ہر ایک کے لئے ضروری ہے۔
10. کرانک امراض میں مریض کے لئے مزاجی دواء کے انتخاب کے لئے موڈ میتھڈ کا تعارف۔ اس سے آپ کو لوگوں کے مزاج پہچاننے کا طریقہ کار مل جائے گا۔ کہ آپ کا اپنا، آپ کے رشتہ داروں کا، آپ کے مریضوں کا ہومیو پیتھک کے مطابق علاج کیا ہے۔
11. دواء کے انتخاب کو آسان بنانے کے لئے 53 کرانک کامیاب کیسز۔ اس کو پڑھ کر آپ کیس نوٹ کرنے، مریض اور مرض کی تشخیص کرنے، دواء کا انتخاب کرنے، اس کی پوٹینسی نکالنے، اور اس کو دہرانے کا فن سیکھ جائیں گے۔ کسی بھی فلسفہ یا قانوں کو دیکھ کر ہی اچھی طرح سیکھا جاتا ہے۔
12. دو صدیوں سے جو "میازم" کا مسئلہ کسی سے حل نہیں ہو پا رہا تھا۔ وہ میں نے اللہ تعالی کی روحانی مدد سے اس بک میں حل کر دیا ہے۔ وہ مسئلہ جو ایک معمہ بنا ہوا تھا، جس کو سمجھنا سمجھانا سب کے لئے مشکل تھا، اس کو میں نے اس کتاب کے شروع میں ہی حل کر دیا ہے۔ "میازم" کو سمجھنا بے حد ضروری ہے ورنہ کرانک کیسوں میں اکثر ناکام ہو جاتی ہے۔ آپ ان شاء اللہ، یہ "میازم" والا مضمون پڑھ کر میازم کو لازمی سمجھ جائیں گے۔ میازم والا مضمون بھی اس کتاب کے اعلی ترین مضامین میں شامل ہے۔
13. اس بک میں گنج پن، ڈپریشن، ہیپاٹائٹس B، موٹاپہ، لو بی پی، ہائی بی پی، تھیلیسیمیا، شوگر، اور فسچولہ وغیرہ کا یقینی علاج لکھا ہوا ہے۔ ان بیماریوں کے علاج کی تقریباً آدھی دنیا کو تلاش ہے۔ میں خود اس بات کا قائل ہوں کے بہت سی بیماریوں کے نام پر ہومیو پیتھک میں سنگل ادویہ موجود ہیں۔ ہاں، ہر بیماری کے نام پر سنگل ادویہ نہیں ہوتی۔ اس لئے "بیماریوں کے علاج" مضمون بھی اس کتاب میں شامل کر دیا ہے۔ یہ تیسرے ایڈیشن میں نہیں تھا۔ ابھی اس موضوں پر میرا کام جاری ہے۔ ان شاء اللہ 2 سالوں تک مکمل ہو جائے گا۔ جتنا لکھ دیا، وہ آپ سب ڈاکٹروں کے لئے بہت فائدہ مند ہوگا۔
14. یہ میری 10 سالہ محنت کا نتیجہ ہے۔ میں ان 2013 سے 2023 تک ہر روز اس کتاب میں کچھ نہ کچھ لکھا ہے۔ جس کی وجہ سے یہ ایک ضخیم کتاب بن گئی ہے۔ ہر بات مکمل تحقیق اور ریسرچ کے بعد بڑی ضماع داری سے لکھی گی ہے، جس کو آزما کر آپ اچھے نتائج حاصل کر سکتے ہیں۔ اس کی جزا صرف اللہ تعالی ہی دے سکتا ہے۔ اس نے ہی ہم سب کو پیدا کیا ہے۔ کچھ کتابیں اتنی خوبیوں کی حامل ہوتی ہے کہ ان کا حصر نہیں کیا جا سکتا، یہ کتاب بھی ان ہی کتابیوں میں سے ہے۔ ان شاء اللہ، لوگ مجھے ہمیشہ دعاؤں میں یاد رکھیں گے اور کتابیوں میں میرا نام لیا جائے گا۔
15. اسباب الامراض (بیماریوں کی پیدائش کے اسباب و وجوہات) پر میں میں طویل کلام کیا ہے۔ جس میں مشہور تمام اسباب کا ذکر کیا جو انسان کو بیمار کرتے ہیں۔ کو دور کرنے کا طریقہ کار بھی بتایا ہے۔ آخر میں اسباب الامراض کے اعتبار سے 6 قسموں میں تمام بیماریوں کو تقسیم کر کے آپ کے لئے مریض کو سمجھنا آسان بنایا ہے۔ جو ڈاکٹر اسباب الامراض کو جتنا زیادہ سمجھتا ہے وہ اتنا زیادہ قابل ہے۔
16. اصول حفظان صحت، صحت مند طرز زندگی، اور متوازن غذا پر خصوصیت سے کلام کیا ہے۔ تمام تر کرانک کیسوں میں مکمل کامیابی ان ہی باتوں پر منحصر کرتے ہیں۔ اس لئے مجھ سے جتنا ہو سکتا تھا میں نے آپ سب کے لئے کیا۔ ہاں، آپ سب () پر 3 بڑی کتابیں ضرور پڑھنا۔ اس لئے آپ کو غذا کے بارے میں سمجھنا آجائے گا۔ ایک ڈاکٹر پر لازم ہے کہ اس کے پاس نیوٹریشن کا اتنا علم ہو کہ کرانک کیسوں میں مریض کے لئے ڈائٹ پلین بنا سکے۔ ڈاکٹری آسان کام نہیں بلکہ بہت محنت اور مطالعہ والا کام ہے۔
17. یہ ایک مکمل ہومیو پیتھک بک ہے۔ یہ صرف مٹیریا میڈیکا نہیں بلکہ ہومیو پیتھک کے تمام بنیادی ٹاپک پر بات کرنے والی کتاب ہے۔ اس میں ہومیو پیتھک کے بارے میں سب کچھ ملے گا۔ ہاں ریپرٹری کو اس میں شامل نہیں کیا گیا۔ آپ اس کتاب کے ساتھ کینٹ ریپرٹری استعمال کریں۔ میں بھی کینٹ ریپرٹری ہی سب سے زیادہ استعمال کرتا ہوں۔

آپ کو اس کتاب میں کیا ملے گا (تفصیلا بیان)؟

❖ 1۔ میری 10 سالہ ہومیو پیتھک پر محنت کا ماحاصل کتاب

میں نے اس کتاب میں اپنے ہومیو پیتھک کے لکھے ہو 8 مضامین کو جمع کیا ہے۔ یہ مضامیں میرے 10 سالہ محنت کا نتیجہ ہیں۔اللہ تعالی ہی اس کی جزاء دے سکتا ہے۔ میں نے بغیر کسی لالچ کے آپ سب کے نفع کے لئے انٹرنٹ پر اس کتاب کا پہلا ایڈیشن PDF میں اپلوڈ کر دی ہے۔ میں نے یہ محسوس کیا کہ یہ بہت زیادہ مفید ہیں، اس لئے شائع کرنے سے قبل ہی آپ تک پہنچ جائیں،۔ ان مضامیں نے بہت سے لوگوں کی زندگیوں کو بدلا ہے۔الحمد للہ، بہت سے ڈاکٹرز نے مجھے کال کرکے بتایا ہے کہ ان کا کلینک آپ کی کتاب اور آپ کے لیکچز کی بدولت چل رہا ہے، اور ان کو بہت عرصہ بعد ہومیوپیتھی کی صحیح سمجھ آئی ہے۔اس کتاب نے بے شمار مسائل و مشکلات کا حل پیش کیا ہے۔ بہت سے ہومیوڈاکٹرز کے کلینک ان کی مدد سے چل رہے ہیں۔ اللہ تعالی نے اس کتاب کو بے پناہ مقبولیت عطاء کی ہے۔آپ اس کتاب کو ایک بار ضرور پڑھنا۔ اگر آپ ہومیو سیکھنے اور سمجھنے میں ناکام ہوگئے ہیں، تو یہ کتاب آپ کو کامیاب کر دے گی۔آپ کا شوق پھر سے بحال کر دے گی۔

میں نے یہ کتاب صرف ہومیوپیتھک کو آسان کرنے اور آپ سب ڈاکٹرز کے نفع کے لئے لکھی ہے۔ میں نے اس کتاب پر 10 سال محنت کی ہے۔اس محنت کا اجر اور بدلہ صرف اللہ تعالی ہی دے سکتا ہے۔

یہ کتاب ان کتابوں میں سے نہیں، جو 10،8 کتابوں کو سامنے رکھ کر 6 ماہ میں لکھ دی جائے، بلکہ یہ میری زندگی کا ماحاصل کتاب ہے۔ میں ہر روز اس کتاب میں کچھ نہ کچھ لکھتا رہتا ہوں۔2013 سے پہلے کا لکھنا شروع کیا ہوا ہے۔ کوئی بھی ڈاکٹر کسی بھی چیز پر لکھنے کی فرمائش کرتا ہے تو میں اس کو لکھ کر اس کتاب میں شامل کر دیتا ہوں، اپنی فیس بک پر شیئر بھی کر دیتا ہوں، اور مجھے جو بھی چیز مفید لگتی ہے اس کا خلاصہ لکھ کر اس کتاب میں شامل کر دیتا ہوں۔ اللہ تعالی دونوں جہانوں میں نفع کثیر اور مقبولیت عطاء فرمائے اور حاسدین کے حسد سے محفوظ رکھے۔

❖ 2۔آسان قومی عالمانہ اردو زبان میں پہلا مٹیریا میڈیکا

کچھ مٹیریا میڈیکا کی اردو ٹھیک نہیں، کچھ مٹیریا میڈیکا کا ترجمہ ٹھیک نہیں، اور کچھ میں علامات بے ربط لگی ہیں۔اس لئے مٹیریا میڈیکا کو سمجھنا مشکل ہوتا ہے۔ مگر میرے اس صابری مٹیریا میڈیکا میں نہ اردو گرائمر کی خرابی ہے، نہ بے ربط جملے ہیں، نہ الفاظ آگے پیچھے ہیں، نہ فضول کوئی بحث ہے، اور نہ ہی مشکل الفاظ کا استعمال ہے، نہ ہی طویل ابحاث ہیں۔اس میں to the point بات ہوتی ہے، مرتب بات ہوتی ہے، اور صفائی کے ساتھ ہر علامت اپنے محل میں بیان کی جاتی ہے۔آسان الفاظ کا انتخاب کیا ہے۔ یہ ایک نئی طرز کا مٹیریا اور فلاسفی بک ہے۔ یہ کتاب ہماری پاکستانی قومی زبان اردو میں لکھی گئی ہے۔ جس طرح آپ کو دوسرے مٹیریا میڈیکا میں بے ربط جملے اور غیر مناسب الفاظ ملتے ہیں، وہ اس کتاب میں بالکل نہیں ہیں۔اس کی زبان عالمانہ اور نفیس ہے۔

مجھے ایک ڈاکٹر صاحبہ نے کہا کہ سر آپ کا انداز بیان اور کلام سب ڈاکٹرز اور مصنفین سے جداگانہ ہے۔

اس کی وجہ یہ ہے کہ علماء کا کلام عام لوگوں سے جدا ہی ہوتا ہے۔الحمد للہ رب العالمین۔

❖ 3۔صرف مجرب اور مستعمل ادویہ پر مشتمل کتاب

میں نے اس مٹیریا میں صرف مستعمل اور مجرب ادویہ کا ذکر کیا ہے۔ جو ادویہ پریکٹس میں استعمال ہی نہیں ہوتی، ان کو ترک کر دیا ہے۔ فضول ادویہ کا مطالعہ کرنے سے انتشار ذہن پیدا ہوتا ہے، اور اصل مجرب ادویہ پر توجہ دینا مشکل ہوتا ہے۔ اس لئے میرے اس مٹیریا میڈیکا کی خصوصیت ہے کہ یہ صرف مجرب ادویہ پر مشتمل ہے۔اس مٹیریا میں 37 ایکوٹ اور 100 مزاجی ادویہ پر فوکس کیا گیا ہے۔ اس لئے کہ علاج اور معالجہ میں یہ ہی ادویہ ہمیشہ استعمال ہوتی ہیں۔ باقی ادویہ کا استعمال نہ ہونے کے برابر ہے۔

میں ان شاء اللہ کوشش کروں گا کہ کتاب کے اخر میں ان ادویہ کا مختصر ذکر کر دوں، جو زندگی میں دورانِ پریکٹس ایک یا دو بار استعمال ہو سکتی ہیں، اور ان ادویہ کو بھی شامل کر دوں گا جو جزوی طور پر کبھی کبھی استعمال ہوتی رہتی ہیں جیسا کہ ڈمیانہ، اشوکا، ہامیلس وغیرہ۔

❖ 4۔ کلاسیکل اور سنگل ریمیڈی

یہ کتاب صرف سنگل کلاسیکل ریمڈی والوں کے لئے ہے۔اس کتاب میں نسخہ جاتی باتیں نہیں ملیں گی۔اس میں خالص کلاسیکل ہومیوپیتھی ہے۔ ہومیوپیتھک ڈاکٹرز میں سب سے بڑی خرابی یہ ہے کہ وہ اصل ہومیوپیتھک سنگل پوٹینسی کو چھوڑ کر مدر ٹنکچرز، کمبینیشن اور اور ایک ساتھ ایک ہی وقت میں ایک سے زیادہ پوٹینسی کا استعمال کر تے ہے۔ یہ ہومیوپیتھی فلاسفی کے خلاف ہے۔

❖ 5۔14 مٹیریا میڈیکا کے علم کو جمع کرنے والی کتاب

اس کتاب کا مواد دو جگہ سے حاصل شدہ ہے۔

(1). کاشی رام انسائیکوپیڈیا، پیور امٹیریا میڈکا، کینٹ لیکچر، نیش لیڈر مٹیریا میڈیکا، ایسنس آف میڈیسن جارج و تھالکس، لپی مٹیریا میڈیکا، کینٹ ریپرٹری، کینٹ فلاسفی، آرگینن، بھاٹک مٹیریا میڈیکا، سول آف ریمڈی شنکرن، ہیرنگ کی نوٹس، اور ایلن کی نوٹس سے۔ نیز القانون فی الطب اور کلیات تحقیقات صابر ملتانی سے۔ بہت سے ہم عصر ڈاکٹرز کے تجربات و مشاہدات بھی شامل ہیں۔

(2). دوسری وہ علامات جو میں نے ایکوٹ اور کرانک مریضوں سے خود نوٹ کی ہیں۔اس لئے آپ کو اس کتاب میں کثرت سے ایسی علامات ملیں گی، جن کا کسی بھی کتاب میں وجود ہی نہیں ہے، اور آپ نے کسی بھی ہومیو ڈاکٹر کی زبان سے ان کے بارے میں کبھی بھی نہیں سنا ہوگا۔

میری یہ سب سے بڑی خواہش ہے کہ ہومیوپیتھک کی وہ ادویہ جن کی مٹیریا سے زیادہ علامات نہیں ملتی اور ان کے مریض موجود ہیں، ان کو مکمل کروں اور ان کی علامات میں اضافہ کر دوں، تاکہ ہومیو ڈاکٹرز کے لئے تشخیص کرنا آسان ہو۔ ان ادویہ کے مریضوں سے علامات حاصل کرکے مٹیریا میڈیکا میں شامل کروں۔اس سے ادویہ کے مریضوں کو تلاش کرنا آسان ہوگا اور دواء کا انتخاب بھی آسان ہوگا۔ مریضوں اور ادویہ کو سمجھنا بھی آسان ہو جائے گا۔

❖ 6۔ بے شمار کلیدی علامات کو جمع کرنے والی کتاب

اس کتاب میں کلیدی علامات پر بہت ہی زیادہ توجہ دی گئی ہے۔ ہر دواء کی تمام تر کلیدی علامات کا احاطہ کیا گیا ہے۔ میں نے ان کلیدی علامات کو سمجھنے، یاد کرنے، جمع کرنے، اور لکھنے میں بہت ہی زیادہ محنت لگی ہے۔ اللہ تعالیٰ اپنی جناب سے دنیا اور آخرت میں اس کا اجر عطا فرمائے، آمین بجاہ النبی الکریم صلی اللہ علیہ وسلم۔

یہ بھی میری کتاب کی ہائی لائیٹ باتوں میں سے ہے۔اس لئے آپ اس کتاب کو کلیدی مٹیریا میڈیکا بھی کہہ سکتے ہیں۔

137 ادویہ کی کلیدی علامات کو حاصل کرنے میں میری طویل محنت لگی ہے۔

دنیا کا ہر اچھا ہومیوپیتھک ڈاکٹر ادویہ کی کلیدی علامات ضرور تلاش کرتا ہے۔

❖ 7۔ ایکوٹ امراض کا علاج کرنے میں مددگار

ایک سٹوڈنٹ اور ڈاکٹر کی سب سے اولین ضرورت روز مرہ کے عام حاد امراض کا علاج سمجھنا ہے۔ خاص کر بخار کے مریض کی دواء کو جاننا۔اس کے لئے 37 ایکوٹ مڈیسن والا مکمل جامع مضمون لکھا ہے۔

میں نے شروع پریکٹس میں بہت سے ڈاکٹرز سے یہ سوال کیا تھا کہ آپ نے کن کن امراض میں کون کون سی دواء کس کس پوٹینسی میں استعمال کی ہے۔ان سب سے میں نے بہت کچھ سیکھا اور اس کے بعد 10 سال کی پریکٹس سے مجھے جو عموماً ادویہ کے ایکوٹ حاد عام امراض میں استعمال ہونے والی ادویہ کا علم حاصل ہو، اسے بھی جمع کرکے اس کتاب میں شامل کر دیا ہے۔اس لئے ایکوٹ امراض کی تعداد اور ان میں استعمال ہونے والی ادویہ کے بارے علم، اس کتاب میں جمع ہے۔

ایکوٹ امراض کے متعلق مواد مٹیریا میڈیکا کے مطالعہ، سینئر سے سوالات اور اپنی پریکٹس سے جمع کیا ہے۔

اس لئے نیو ڈاکٹرز اور سٹوڈنٹ کو کلینک شروع کرنے میں یہ صابری مٹیریا میڈیکا بہت ہی helpful ثابت ہوگا۔ ان شاء اللہ۔ بہت سے ڈاکٹر کا کلینک بھی اسی کتاب سے چل رہا ہے۔ بے شمار ڈاکٹر نے مجھے کال کرکے اس کتاب کا شکریہ ادا کیا ہے۔ اللہ تعالیٰ قبول فرمائے۔

❖ 8۔ ہومیوپیتھک اصول اور خواص الادویہ کی طب کے ساتھ مطابق بیان کرنے والی کتاب

ہر دواء ساتھ نظریہ مفرد الاعضاء کے مطابق طبّی مزاج بھی بیان کیا ہے اور فلاسفی کے باب میں ان سب کی وضاحت بھی کر دی ہے۔ یہ بھی بیان کیا ہے کہ: اس دواء کو دینے سے مریض میں طبّی اعتبار سے کیا تبدیلیاں آئیں گی اور وہ کس طرح راہ صحت پر گامزن ہوگا۔ نیز اس مریض کے لئے کون سی طبّی دواء زیادہ مناسب ہے۔

❖ 9۔ طریقہ استعمال اور پوٹینسی کا انتخاب کو بیان کرنے والی کتاب

ہر دواء کے ساتھ اس کو استعمال کرنے کا مکمل طریقہ، اور اس دواء کی سب سے مناسب پوٹینسی کا ذکر لکھ دیا ہے۔ یہ علم بہت زیادہ تجربات اور اللہ تعالی کی روحانی مدد سے ہوا ہے۔ یہ کام آسان نہیں تھا۔ فلاسفی کے باب میں اس پر بنیادی اصولی طویل گفتگو کی ہے، اور ہر دواء کے بیان کے آخر میں علیحدہ علیحدہ بھی ذکر کیا ہے۔ اگر مریض کا دواء کا انتخاب ٹھیک ہو اور پوٹینسی کا انتخاب غلط ہو تو اچھا رزلٹ نہیں آتا یا بالکل نفع نہیں ہوتا بلکہ کبھی کبھی اپروونگ ہو کر مریض بھی مزید بیمار ہو جاتا ہے۔ اس لئے پوٹینسی کا انتخاب اور دہرائی کی مدت انتہائی حساس ہے۔ اس میں بہت احتیاط اور غور وفکر سے کام کرنا پڑتا ہے۔
پوٹینسی کے بارے میں جتنا میں نے لکھا کسی بھی بک میں موجود ہی نہیں۔ یہ بہت مشکل کام تھا۔ حقیقت یہ ہے کہ اگر اللہ تعالی کی خاص روحانی مدد شامل حال نہ ہوتی تو یہ کام کر سکنا ناممکن تھا۔ اللہ تعالی کا بہت بہت شکریہ۔

❖ 10۔ تمام مزاجی ادویہ کی جامع بک

اس کتاب کی سب سے بڑی افادیت یہ ہے کہ جسمانی ساخت، اور مزاج کے مطابق کرانک امراض میں استعمال ہونے والی ادویہ کا ذکر ایک ساتھ ملے گا۔ اس سے ذہن انتشار سے بچ جاتا ہے۔ یہ خوبی ہومیوپیتھک کی کسی کتاب میں موجود ہی نہیں۔ اکثر ہومیوڈاکٹر جانتے ہیں کہ میں مزاجی ادویہ پر اپنی فیس بک پر ہر روز کچھ نہ کچھ لکھتا رہتا ہوں۔ 100 مزاجی ادویہ کا احاطہ اور ان کی علامات میں بہت زیادہ اضافہ میری خصوصیات میں سے ہے۔ الحمدللہ میں ان سب مزاج کے لوگوں سے ملا ہوں، سوائے 2،3 کے۔

❖ 11۔ فلاسفی اور ہومیوپیتھی قوانین کی جامع

فلاسفی میں میں مریض، امراض، پوٹینسی، دورانِ علاج آنے والی رکاوٹوں، میازم، اسباب امراض، اور علاج ومعالجہ کے تمام بنیادی اور جزوی قوانین بیان کئے جاتے ہیں۔ ہر ہومیوپیتھ معالج کے لئے ان کو جاننا اور یاد کرنا ضروری ہے۔
میں نے اس کتاب میں ان تمام قوانین اور اصول کو مختصر انداز سے جمع کر دیا ہے۔ ہنیمن، کینٹ، جارج وتھالکس، نیش لیڈر، کاشی رام وغیرہ کے بیان کردہ تمام اصول کو آسان الفاظ کے ساتھ جمع کر دیا ہے۔ میں نے جن جن نئے اصول کو دریافت کیا ہے، ان کو بھی شامل کر دیا ہے۔
ہومیو میں صرف وہ ہی کامیاب ہوگا جو اصول کو سب سے زیادہ جانتا ہے اور عمل کرتا ہے۔
میری عادت ہے کہ لیڈرز کے بیان کردہ اصول پر بڑی سختی سے عمل کرتا ہوں۔

- 12۔"میازم" کامسئلہ حل کرنے والی بک
- 13۔اسباب الامراض پر تفصیلی کلام کرنے والی کتاب
- 14۔اصول حفظان صحت اور متوازن غذا کو بیان کرنے والی کتاب
- 15۔بیماریوں کا یقینی علاج بتانے والی کتاب
- 16۔انسان کامزاج کیسے بدلا جائے،اس کا بنیادی فارمولہ؟
- 17۔کیٹوڈائٹ کیا ہے اور اس کے بارے میں میری رائے؟
- 18۔اختصار

یہ کتاب سمندر کو کوزے میں بند کرنے والی ہے۔جس بات کو دوسرے مٹیریا میڈکا میں ۱۰ لائینوں میں بیان کیا گیا ہے،میں نے اس ہی بات کو انتہائی مناسب الفاظ کے ساتھ ایک لائین میں بیان کر دیا ہے۔اس سے پڑھنا، سمجھنا اور یاد رکھنا آسان ہوتا ہے۔

- 19۔تسہیل

مجھ سے جتنا ممکن تھا میں نے اس کتاب میں ہر بات کو آسان الفاظ کے ساتھ لکھا ہے۔تاکہ ہر خاص وعام کے لئے سمجھنا ممکن ہو سکے۔الحمد للہ،میں اپنے مقصد میں کامیاب بھی ہوا ہوں۔

- 20۔اعتدال

یہ ایک معتدل حجم والی کتاب ہے۔بورک اور واست کی طرح بہت مختصر نہیں کہ کیس حل کرنا مشکل ہو جائے اور نہ ہی کاشی رام کی طرح اس قدر طویل کہ پڑھنا مشکل ہو جائے۔درمیانی حجم والی کتاب ہے۔

دوسرے ایڈیشن، تیسرے ایڈیشن، چوتھے ایڈیشن کے اضافہ جات کیا ہیں؟

یہ اس کتاب کا دوسرا ایڈیشن ہے۔ الحمد للہ پہلے ایڈیشن کی مقبولیت کے بعد مسلسل 6 ماہ اس کتاب پر کام کیا گیا ہے۔ اس ایڈیشن میں پہلے ایڈیشن کی تمام اشیاء ہونے کے ساتھ ساتھ اس دوسرا ایڈیشن میں ان سب اشیاء کا اضافہ کیا گیا ہے۔

1۔ مزاجی ادویہ کی کلیدی علامات میں اضافہ اور ساتھ یہ بیان کیا کہ کس علامت کی مدد سے کتنے کیس حل ہوئے ہیں۔ اس لئے اس ایڈیشن میں کلیدی علامات کو مزید جاننا پہچاننا آسان ہوگیا ہے۔

2۔ مزاجی ادویہ میں سے 60 ادویہ کی تمام علامات کا احاطہ کرنا باقی تھا۔ ان سب پر تحقیقی کام مکمل کیا ہے۔ ہر ایک دواء پر کم از کم 3 دن لگا کر اس کا جامع مضمون مکمل کیا ہے۔ یہ سب مضامین ایک ایک کرکے فیس بک اور وٹس ایپ گروپ کے ذریعہ سے آپ تک پہنچاتا رہا ہوں۔ ماشاء اللہ، اس وجہ سے اس کتاب کی افادیت ڈبل ہو گئی ہے۔

3۔ تمام ادویہ کی نظریہ مفرد الاعضاء اثلاثہ کے مطابق علیحدہ علیحدہ طبی مزاج کا بھی ذکر شامل کیا ہے۔ ہر ایک دواء کے ساتھ مزاجی دواء کو استعمال کرنے کا قانون بھی ذکر کیا ہے تاکہ مزاجی ادویہ کی اہمیت اور دائرہ کار کا علم ہر ایک ہومیوپیتھ کے ذہن نشین ہوسکے۔ ہر دواء کو استعمال کرنے کا طریقہ علیحدہ علیحدہ سے بیان کیا ہے۔ ہر دواء کی معاون اور متضاد ادویہ کو بھی شامل کیا ہے۔

4۔ علامات کی ترتیب کو بدل دیا ہے۔ ہر عنوان کے تحت پہلے زیادہ اہم، پھر بقیہ علامات کو ذکر کیا ہے۔ جیسا کہ دماغی علامات کے عنوان کے تحت سب سے قبل اس دواء کی سب سے بڑی مرکزی دماغی علامت کو ذکر کیا پھر کلیدی علامات کو، پھر صفات کو، پھر دماغی امراض کو۔ اس طرح ہر دواء کے بارے میں مواد پہلے سے زیادہ احسن ہو گیا ہے۔ اس سے سمجھنا بہت سہل ہو گیا ہے۔

5۔ ان دو ادویہ کا ایک ساتھ ذکر کیا ہے، جو علامات کے اعتبار سے ایک دوسرے کے ساتھ سب سے زیادہ مناسبت رکھتی ہیں اور ایک دوسرے کی معاون ادویہ ہیں۔ اس طرح ادویہ کو یاد رکھنا آسان ہو گیا ہے۔

6۔ فلاسفی پر انتہائی جامع مضمون بھی اس میں شامل کیا گیا ہے۔ اصولی طور پر فلاسفی کو جاننا سب سے زیادہ ضروری اور مقدم ہوتا ہے۔ خواص الادویہ، ریپرٹری، کیس ٹیکنگ اور امراض کی معرفت بعد کی باتیں ہیں۔

7۔ مزاجی ادویہ میں کلکیریا فاس، نیٹرم فاس کا اضافہ کیا ہے۔

8۔ علامات کی گروپ بندی کا اضافہ ہے۔ وہ علامات جن پر گروپ بندی کرکے آج تک میں نے کرانک کیسز میں کامیابیاں حاصل کی ہیں، ان سب علامات اور ان علامات کے تحت آنے والی تمام مزاجی ادویہ کے ناموں کا احاطہ کیا گیا ہے۔ اس سے آپ کو معلوم ہو جائے گا کہ مریض کی بیان کردہ کن کن علامات پر گروپ بندی کرکے کیس حل کر سکتے ہیں اور کن کن کو ترک کرنا ہے۔ مریض کی ہر علامت اتنی اہمیت نہیں رکھتی کہ اس کو پکڑ کر اس پر موجود تمام ادویہ کا مطالعہ کرکے مریض کی بالمثل دواء تک پہنچا جائے۔ مریض کی بیان کردہ اکثر علامات گروپ بندی کے قابل نہیں ہوتی۔ یہ جاننا کہ کون سی علامت اہم اور کون سی غیر اہم ہے، کافی وقت لگتا ہے۔ الحمد للہ میرا اس کے بارے تجربہ اچھا تھا، تو آپ سے شیئر کر دیا۔ اللہ اپنی جناب سے اجر دے۔

9۔ ہر دواء کی بہترین پوٹینسی کے بارے میں تنبیہ کی ہے۔

10۔ دوسرے اور تیسرے ایڈیشن میں 40% مواد اور اضافہ جات کا فرق ہے۔ جس کی وجہ سے تیسرا ایڈیشن دوسرے سے 40% تک بڑا ہے۔ اب یہ چوتھا ایڈیشن (جمعہ، 10 نومبر، 2023) تیسرے ایڈیشن سے 20% تک بڑا ہے۔ ہاں، میں نے اس میں لکھائیں کا فانٹ سائز 12 کیا ہے جس کی وجہ سے اس کے صفحات کم بنے ہیں۔ اس چوتھے ایڈیشن میں انڈکس کا بھی اضافی کر دیا ہے۔ کچھ غلطیوں کی اصلاح بھی کی ہے۔ "بیماریوں کا علاج" مضمون بھی اس میں شامل کیا ہے۔ اس کے علاوہ بہت سے اضافات کئے گئے ہیں۔ اس لئے یہ والا ایڈیشن پہلے سے زیادہ بہتر جامع آسان ہے۔ جمعہ، 10 نومبر، 2023

میری یہ خواہش ہے کہ میری یہ کتاب DHMS کورس میں شامل ہو۔ ان شاء اللہ اس سے بہت فائدہ ہوگا۔ اللہ قبول فرمائے۔ نیز پاکستان کے ہر کلینک تک پہنچے۔ خود بھی فائدہ حاصل کریں اور اپنے دوستوں کو بھی لازمی بتانا۔

میرے ہومیو دوست: میری کتاب (صابری میٹریا میڈیکا) پڑھنے کے بعد مجھے میرے وٹس ایپ نمبر پر Feedback ضرور دینا۔ اس سے مزید لکھنے کا حوصلہ پیدا ہوتا ہے۔ 03494143244۔ میرے فیس بک پیج پر فرینڈ ریکوسٹ ضرور بھیجنا۔ اس کتاب کا دوسرا ایڈیشن یکم اپریل 2023 کو شائع ہونے والا ہے، اسے ضرور خریدنا، اس سے کتاب پڑھنی آسان ہو گی۔

الحمد للہ، میں ہر روز فیس بک پر ہومیوپیتھک پر کچھ نہ کچھ لکھتا رہتا ہوں۔ اس کو فالو ضرور کرنا۔ یہ فیس بک اکاؤنٹ کا لنک ہے:

https://www.facebook.com/HDrMajidHussainSabri

ہومیوپیتھک کو سیکھنے کے لئے میرے 85 لیکچر بھی youtube پر موجود ہیں۔آپ اس پر یہ (Homoeo Dr Majid Hussain Sabri) لکھ کر سرچ کریں۔اس کتاب کے ساتھ وہ بھی سنیں۔بحکم خدا، جب آپ نے یہ کتاب توجہ سے 3 بار یاد کر لی، میرے تمام لیکچر سن لئے، اور کاشی رام انسائکلوپیڈیا 3 بار پڑھ لیا تو اپنا کامیاب کلینک شروع کر سکتے ہیں۔

H-Dr Majid Hussain Sabri

03494143244

کتاب (1): فلاسفی (علاج معالجہ کے اصول و قوانین کا بیان)

ہومیو میں کامیابی کے اصول

❖ ا۔فلاسفی کو جاننا

فلاسفی اصول اور قوانین کا نام ہے۔ کسی بھی مریض اور دواء کو سمجھنے کے لئے ہومیو فلاسفی کا جاننا ضروری ہے۔اس کے لئے آپ کا آرگینن، کینٹ لیکچر فلاسفی، اور کاشی رام انسائیکلوپیڈیا کا جاننا ضروری ہے۔ نیز فلاسفی کو کماحقہ سمجھنے کے لئے نظریہ مفرد اعضاء ثلاثہ کو جاننا بھی بہت مفید ہے۔اس سے آپ کو معلوم ہو جائے گا کہ کسی بھی ہومیو دواء دینے سے جسم میں کیا ہوتا ہے۔

❖ ۲۔خواص الادویہ کو سمجھنا

جب تک آپ ایک ایک کرکے ہومیوپیتھک ادویہ کے خواص نہ جانیں گے تب تک آپ ان کو مریضوں اور امراض میں استعمال نہ کر سکیں گے۔اس کے لئے آپ کو کم از کم ۱۱ مرتبہ کاشی رام انسائکلوپیڈیا پڑھنا چاہئے۔پھر ایک بار کینٹ لیکچر، ایک بار نیش لیڈر، ایک بار ایلن کی نوٹس، ایک بار جارج وتھالکس مٹیریا میڈیکا، ایک بار بورا مٹیریا میڈیکا، ایک بار پھاٹک، ایک بار سول آف ریمیڈی شنکرن کا مطالعہ کرنا چاہئے۔ان سب کا خلاصہ میرا صابری مٹیریا میڈیکا بھی ایک بار پڑھ لیں۔مارکیٹ میں موجود لاتعداد نسخہ جاتی کتب کا مطالعہ کرنے کی بالکل ضرورت نہیں ہے۔
ایک اچھے ہومیوپیتھ کی سب سے بڑی خوبی یہ ہے کہ مٹیریا میڈیکا ہر روز اس کے مطالعہ میں رہتا ہے۔
الحمدللہ میں نے ۱۰۰ مرتبہ مٹیریا میڈیکا کا مطالعہ کیا ہوا ہے۔اب بھی کرتا ہوں۔ہر مرتبہ مطالعہ کرنے سے کچھ نہ کچھ حاصل ہوتا ہے۔مطالعہ کبھی بھی لاحاصل نہیں ہوتا۔

❖ ۳۔ریپرٹری کا علم حاصل کرنا

فلاسفی اور مٹیریا میڈیکا کو جاننے کے بعد سب سے ضروری ہے ریپرٹری کا پاس ہونا۔ایک مرتبہ طائرانہ سرسری مطالعہ بھی کرنا چاہئے۔ریپرٹری کو صرف گروپ بندی کے لئے استعمال کرنا چاہئے یا علامات کی تصدیق کرنے کے لئے۔ وہ اس طرح کہ اگر مریض میں کوئی اہم علامت ملی ہے تو اس علامت پر موجود تمام ادویہ کی لسٹ کو جاننے کے لئے ریپرٹری کا مطالعہ کریں۔پھر جو ادویہ سامنے آئیں ان کا ایک ایک کرکے مٹیریا سے مطالعہ کریں۔خود سوچیں کہ کون سی دواء مریض کی علامات کے زیادہ قریب ہے۔آپ کا دماغ استعمال ہوگا تو آپ کی قابلیت بڑھے گی۔اگر مریض کی ہر ہر علامت ریپرٹری سے تلاش کریں گے تو یہ آپ کے لئے نقصان دہ ہے۔دماغ میں انتشار اور الجھن پیدا ہوتی ہے۔اس میں وقت زیادہ لگتا ہے اور کامیابی کم ملتی ہے۔آپ تمام زندگی ریپرٹری کے محتاج رہیں گے۔یہ محتاجی اچھی نہیں ہے۔
یہ جو ہر ریپرٹری کے شروع میں لکھا ہوتا ہے کہ مریض کی ہر ہر علامت پر ادویہ کی لسٹ نکالیں، پھر دیکھیں کہ کس دواء کا زیادہ نام آرہا ہے۔یہ ٹھیک نہیں ہے۔اس سے تھکاوٹ بھی بہت ہو جاتی ہے اور اس سے کامیابی بھی کم ملتی ہے۔ان میں ناکامی کے بھی ۳۰ فی صد چانسز ہیں۔اس سے آپ تمام زندگی ریپرٹری یا سافٹ وئیر کے محتاج رہیں گے۔آپ کی ذہنی صلاحیت اجاگر نہیں ہوگی۔آپ صرف اہم علامات پر نظر رکھیں۔

❖ ۴۔ پوٹینسی کا انتخاب اور استعمال جاننا

دواء کے انتخاب کے بعد مریض کے لئے مناسب پوٹینسی کے انتخاب ،اس کی کتنی مقدار دینی ہے، کس طرح دینی ہے، اور ریپیٹ کرنے کا مرحلہ آتا ہے کہ کتنے عرصہ کے بعد دوسری خوراک دینی ہے۔ کس پوٹینسی کی کتنی خوراکیں دینے کے بعد اوپر والی پوٹینسی کی ضرورت ہوتی ہے۔اس کے لے آپ کو صابری مٹیریا میڈیکا پڑھنا پڑے گا۔
میں نے جتنا پوٹنیسی کے بارے لکھ دیا ہے، وہ کافی ہے۔ پوٹینسی کے بارے میں عام طور پر کتب اور ڈاکٹر سے معلومات نہیں ملتی۔ بہت سے کیسوں میں ناکامی کی وجہ پوٹنیسی کا غلط انتخاب، یا زیادہ مقدار، یا مناسب وقت پر اسے نہ بڑھنا بنتی ہے۔
ہر کیس میں 1M یا CM دینا یا ہر کیس میں Q دینا بالکل غلط ہے۔
سب سے زیادہ 200 اور 1 پوٹینسی استعمال ہوتی ہے۔ اکثر کیسوں میں یہ دونوں کافی ہوتی ہیں۔

❖ ۵۔ معاون ادویہ کا علم

کچھ کیسوں میں معاون ادویہ کی بھی ضرورت پڑتی ہے۔ ان کا بھی علم ہونا ضروری ہے۔

❖ ۶۔ اصول حفظان صحت کو جاننا، متوازن غذا، غذائی خرابی سے پیدا شدہ عام امراض اور ہر مریض کے لئے متوازن غذا کو مقرر کرنے کا طریقہ جاننا

کچھ کیسوں میں ناکامی کی وجہ مریض کا اصول حفظان صحت کی پاسداری نہ کرنا بنتی ہے۔ جیسا کہ مریض کا غذا کم کھانا اور محنت زیادہ کرنا۔ جیسا کہ مریض کا تمام دن بیٹھ کر کام کرنا اور کوئی ورزش نہ کرنا۔ جیسا کہ مریض کا کثرت جماع، مشت زنی، یا کھانے میں بدپرہیز کا عادی ہونا وغیرہ۔ مریض کا اپنے مزاج کے اعتبار سے غلط غذا کھانا۔ اگر آپ اصول حفاظ صحت کو جانتے ہوں گے تو آپ کو ان رکاوٹوں کا علم ہوگا اور ان کو دور کر سکیں گے۔ علاج کے ساتھ پرہیز ضروری ہے۔
ہومیوڈاکٹر پر لازمی ہے کہ وہ علم الامراض، پیتھالوجی اور نیوٹریشن سائنس پڑھے۔ علاج معالجہ میں ان تینوں علوم کی ضرورت پڑتی ہے۔

❖ ۷۔ ادویہ خریدیں

میری بیان کردہ 37 ایکیوٹ مڈیسن اور 100 مزاجی ادویہ کا 1M 30,200 پوٹینسی کا آپ کے کلینک پر ہونا ضروری ہے۔ ہتھیاروں کے بغیر جنگ نہیں لڑ سکتے۔ پہلے چھوٹی پوٹینسیوں کا استعمال سیکھ لیں، پھر جب پریکٹس اچھی ہو جائے تو بڑی کو استعمال کر لیں۔ پہلے دن ہی فیکٹری نہیں بنتی۔ بہتر ہے کہ شواب کمپنی کی ادویہ خریدیں اور جب بھی کوئی دواء ختم ہونے لگے اس میں عمدہ قسم کا ڈائی لیوشن ڈال لیں۔ اس طرح ایک بوتل تمام زندگی چلے گی۔

❖ ۸۔ بہترین جامع کیس ٹیکنگ کریں

ہر کیس میں کیس ٹیکنگ تسلی اور صبر کے ساتھ کریں۔ جلد بازی نہ کریں اور مریض کو بار بار تنگ بھی نہ کریں۔ شروع شروع میں کرانک کیسوں میں مریض کی دواء کے انتخاب کے لئے ایک ایک ماہ لگے گا۔ پھر آہستہ آہستہ سے ایک ہفتہ تک بات پہنچ جائے گی۔ پھر دو دنوں میں کیس حل ہونے شروع ہو جائیں گے۔ پھر ایک دن میں ہی ایک کیس حل ہونا شروع ہو جائیں گے۔ اگر آپ نے محنت اور سمجھداری سے کام کیا، تو ایسا وقت آجائے گا کہ کسی بھی کیس کو حل کرنے کے لئے کیس نوٹ کرنے کے بعد مطالعہ کی ضرورت ہی نہیں پڑے گی۔ ایک یا دو گھنٹوں کے اندر ہر مریض کا کیس حل ہو جایا کرے گا۔ 30 فیصد مریضوں کے کیس شکل اور زبان دیکھ کر ہی حل ہو جایا کریں گے۔ مگر کیس نوٹ کرنا ہمیشہ ضروری ہوتا ہے۔ آپ کیس ٹیکنگ کے لئے میرا کیس ٹیکنگ فارم استعمال کر سکتے ہیں۔
اکثر ہومیوڈاکٹرز کی ناکامی کی وجہ مطالعہ نہ کرنا اور شارٹ کٹ تلاش کرنا ہے۔ بس ہر ایک سے یہ ہی پوچھتے رہتے ہیں کہ اس بیماری میں کون سی دواء دینی ہے۔

۹۔طب قدیم کے بارے کچھ بنیادی معلوم جمع کریں

القانون فی الطب، کلیات تحقیقات صابر ملتانی اور طب کی کچھ مفید کتابیں۔ نبض کے بارے میں بنیادی معلومات۔ کھائی جانے والی چیزوں کے طبی مزاجوں کو جاننا بھی اچھا ہومیو پیتھ بننے کے لئے ضروری ہے۔ایک علم دوسرے علم کا معاون ہوتا ہے۔ خصوصاجب وہ دو علم جن کا مقصود صرف ایک ہی ہو۔

ہومیو پیتھک میں کامیابی چار قدم پر ہے۔

مگر میں نے دیکھا ہے کہ یہ چار قدم کوئی اٹھاتا نہیں ہے۔ اگر آپ یہ اٹھالیں گے تو ایک کامیاب ہومیو پیتھ بن جائیں گے۔

پہلا قدم

آرگینن آف میڈیسن، کینٹ لیکچر فلاسفی، کاشی رام انسائیکلو پیڈیا کا مکمل مقدمہ جو کہ ادویہ کا تعارف شروع ہونے سے قبل، کلیات تحقیقات صابر ملتانی، اور میری بک صابری مٹیریا میڈیکا مکمل، تین تین سمجھ کر آہستہ آہستہ سے مطالعہ کریں، جو سمجھ آئے اسے یاد رکھیں۔

آپ کے متوازن غذا اور تمام تر غذائیں اجزاء کا علم ہونا ضروری ہے۔ نیز یہ بھی جاننا کہ انسان کو یومیہ کون کون سی غذا کتنی مقدار میں لینا ضروری ہے۔ انسانی جسم کو کن کن غذائیں اجزاء کی ضرورت ہوتی ہے۔ یہ علم نیوٹریشن کو جاننے کے بعد ہی حاصل ہوگا۔

دوسرا قدم

37 ایکوٹ میڈیسن کا کاشی رام، کینٹ لیکچر، نیش لیڈر، ایلن کی نوٹ، جارج وتھالکس مٹیریا سے تین تین تین بار مطالعہ کریں اور یوٹیوب سے میرے ان ادویہ پر لیکچر کو تین تین بار سنیں۔

تیسرا قدم

100 مزاجی ادویہ کا کاشی رام،، کینٹ لیکچر، نیش لیڈر، ایلن کی نوٹ، جارج وتھالکس مٹیریا، لپی مٹیریا میڈیکا، میرا صابری مٹیریا میڈکا سے تین تین بار مطالعہ کریں، سمجھ کر، جو سمجھ آئے اسے یاد رکھیں۔ نیز میری یوٹیوب چینل سے بھی ان ادویہ کے لیکچر ایک ایک بار سن لیں۔

نیز میں ہر روز اپنی فیس بک پر ہومیو پیتھک پر کچھ نہ کچھ دس سال سے لکھ رہا ہوں۔ اس کو بھی پڑھا کریں۔ کسی بھی فن کو مکمل سمجھنے اور یاد کرنے کے بعد ہی اس کو پریکٹکل کر سکتے ہیں۔

جو فلاسفی اور مٹیریا کا مطالعہ نہیں کرتا، اس کا ہومیو پیتھک میں کوئی کام نہیں، وہ کبھی بھی کامیاب نہیں ہوسکے گا۔

چوتھا قدم

جب تین قدم مکمل ہو جائیں، تو علاج و معالجہ شروع کر دیں۔ تمام مستعمل ادویہ خرید لیں۔

پہلے ایکوٹ امراض، بخار، درد سر، قے، موشن، درد شکم اور موسمی خرابیوں کا علاج شروع کر دیں۔

اس کے بعد مزاجی کرانک تکلیفات، پرانی چوٹیں، اور کرانک ٹائیفائیڈ کا علاج شروع کر دیں۔ کوئی بھی کام پریکٹکل کرنے سے ہی آتا ہے۔

شروع میں دواء کا انتخاب مشکل ہوگا اور لوگوں کے مزاج کا انتخاب مشکل ہوگا آہستہ آہستہ آسان ہوتا جائے گا۔ اگر کام کریں گے نہیں تو آپ کو کچھ بھی سمجھ نہیں آئے گی۔

جب تک 200 پوٹینسی کے استعمال کا خوب علم نہ ہو جائے تب تک بڑی پوٹینسی کو ہاتھ مت لگائیں۔ جب تک ایکوٹ امراض، تکلیفات، درد اور بخار پر خوب مہارت حاصل نہ ہو جائے تب تک کرانک امراض، لاعلاج امراض، کرانک ٹائیفائیڈ اور پرانی چوٹوں کے کیسوں سے دور رہیں۔

جلد بازی نہ کریں۔ بغیر محنت اجر کی امید رکھنا بے وقوفی ہے۔

تمام ہومیوپیتھک ڈاکٹرز کو آخری نصیحت

میں نے بہت مدت تک ہومیو ڈاکٹر کو پڑھا اور مجھے یہ معلوم ہوا کہ کوئی محنت کرنے مطالعہ کرنے صبر اور استقلال سے کام کرنے مشکلات برداشت کرنے کو تیار ہیں نہیں مگر 100 میں سے 10، اس لئے میں نے پڑھانا چھوڑ دیا اور یہ آخری نصیحت ہومیو ڈاکٹر کو کر دی۔ اگر آپ اس پر عمل کریں گے تو آپ زندگی میں عزت دولت شہرت نیک نامی اور کامیابی حاصل کریں گے۔ نافرمان لوگوں کے لئے جنت نہیں ہے۔ جنت ایمان والوں اور اعمال صالحہ کرنے والوں کے لئے ہے۔ اسی طرح ہومیوپیتھک میں کامیابی اور میٹھا پھل صرف دن رات مطالعہ کرنے اور مریضوں پر بہت زیادہ محنت کرنے والوں کے لئے ہے۔ صرف چار سال کا ڈپلومہ ڈاکٹر بننے کے لئے کافی نہیں بلکہ بہت سے مٹیریا میڈیکا اور فلاسفی کی کتابیوں کا بار بار مطالعہ کرنا ضروری ہے۔

اچھا ماہر قابل بہترین معالج وہ ہے جو امراض کی حقائق، ان کے اسباب، مریض، فلاسفی، خواص الادویہ، پوٹینسی، اصول حفظان صحت، اور دوران علاج حائل ہونے والی رکاوٹوں کو خوب جانتا ہے۔ یہ بہترین مطالعہ اور کڑی محنت کے بغیر حاصل نہیں ہو سکتے اور مریضوں کو زیادہ سے زیادہ سمجھنے کی کوشش کریں۔ فلاسفی اور مٹیریا میڈیکا کا بار بار مطالعہ کریں، مریض اور امراض کو سمجھنے کے لئے عمدہ کیس ٹیکنگ کریں۔ مریض کو وقت دیں۔ کیس کو اچھی طرح سے ریپر ٹرائز کریں۔

میری کتاب صابری مٹیریا میڈیکا، ہنیمن کینٹ اور کاشی رام کی فلاسفی پر گفتگو، کاشی رام انسائیکلوپیڈیا، کینٹ لیکچر، ایلن کی نوٹس، نیش لیڈر مٹیریا، جارج وتھالکس ایسنس، لپی مٹیریا میڈیکا، کلیات تحقیقات صابر ملتانی، کا تین تین بار مطالعہ کریں۔

کامیاب ڈاکٹرز کے کیسز کا مطالعہ کریں۔ خلوص دل سے محنت کرتے رہیں ان شاء اللہ کامیاب ہو جائیں گے۔

ایک دواء کا آپ زیادہ سے زیادہ مٹیریا میڈیکا سے مطالعہ کریں گے تب آپ کو سمجھ آئے گی۔ کسی بھی دواء کے بارے میں صرف ایک مٹیریا میڈیکا سے پڑھ لینا کافی نہیں ہوتا۔ مٹیریا میڈیکا سے ادویہ اور بیماریوں کے بارے میں علم حاصل ہوتا ہے۔

ہومیوپیتھک کا تعارف اور اہمیت؟

- ہومیوپیتھک: فلاسفی (علاج و معالجہ کے اصول و قوانین)، مریض (جس نفس پر اچھے برے خیالات نازل ہوتے ہیں)، امراض (ٹی بی، دمہ، کینسر، یرقان، بواسیر، قبض، دست، نظر کی کمزوری، حافظہ کی کمزوری، وہم، شک، حسد، تکبر، غرور، شرمیلاپن وغیرہ)، ان کے پیدائش کے اسباب، امراض کی کمی زیادتی کی وجوہات (علامات عامہ)، دماغی صفات واخلاقیات، کھانے پینے کے متعلق خواہش و نفرت، خواص الادویہ (مٹیریا میڈیکا)، اصول حفظان صحت اور پوٹینسی کے استعمال کے قوانین کو جاننے کا نام ہے۔
- یہ علاج بالمثل ہے، جب کہ طب اور ایلوپیتھک علاج بالضد ہیں۔ اس کی تمام تر ادویہ آزمائش شدہ ہیں، جب کہ طب اور ایلوپیتھک کی کوئی بھی دواء مکمل آزمائش شدہ نہیں ہے، بس ان دونوں طریقوں میں مریضوں کو تختہ مشق بنا بنا کر ہی مڈیسن کی علامات اور شفایابی قوت کو معلوم کیا جاتا ہے۔
- ہومیوپیتھک کامل طریقہ علاج ہے اور اس میں دنیا کی ہر مرض کا علاج موجود ہے، جتنی امراض کے بارے میں ہمارے مٹیریا میڈیکا اور ریپرٹری میں لکھا ہے، اتنی امراض کے بارے کسی طب یا ڈاکٹری کی کتاب میں نہیں لکھا ہوا، تجربہ سے معلوم ہوا ہے کہ ہومیوپیتھک ادویہ ان تمام امراض میں موثر ہیں۔
- ہومیوپیتھک طریقہ علاج مستقل طور پر مرض کو ختم کرتا ہے، ایلوپیتھک کی طرح مرض کو دباتی یا وقتی سکون نہیں دیتی، اسی وجہ سے کرانک امراض میں اس کا کورس لمبا ہوتا ہے، ہومیوپیتھک طریقہ علاج میں کسی عضو پر سختی کرکے کام نہیں لیا جاتا بلکہ اس عضو کو مکمل ٹھیک کرکے اس سے قدرتی کام لیا جاتا ہے۔
- ہومیوپیتھک بے ضرر طریقہ علاج ہے۔ اس میں کسی قسم کا کوئی بھی نقصان نہیں ہے، آپ ایلوپیتھک کی کسی بھی دواء کے بارے میں گوگل پر سرچ کر لیں، اس کے نقصانات مل جائیں گے، اسی وجہ سے آج تک ہومیوپیتھک کی کوئی بھی میڈیسن ابھی تک بین نہیں ہوئی، جب کہ ایلوپیتھک کی بے شمار میڈیسن بین ہو چکی ہیں، ہومیوپیتھک کی تمام ادویہ مارکیٹ میں میسر ہیں۔

- ہومیوپیتھک میں مریض کی دواء کا مجموعی علامات وامراض کی بنیاد پر انتخاب کیا جاتا ہے، اسی وجہ سے ہومیوپیتھک کی واحد دواء تمام تر سوچ وعادات کی خرابیاں، جسمانی امراض، تکلیفات اور علامات کو ختم کرنے کی صلاحیت رکھتی ہے۔
- ہومیوپیتھک طریقہ علاج میں موروثی اور دماغی امراض کا بھی علاج موجود ہے، جب کہ طب اور ایلوپیتھک میں موروثی امراض کا علاج نہیں ہے۔
- یہ حقیقی معنی میں قدرتی علاج ہے۔اس کے اصول و قوانین کبھی نہیں بدلتے ہیں، اس لئے کہ یہ قدرتی ہیں۔
- اس طریقہ علاج میں سب سے زیادہ اہمیت مریض کی بیان کردہ، زبان و نبض کی صورت حال اور معالج کی مشاہدہ شدہ علامات کی اہمیت ہے۔ لفظ علامات انتہائی گہرا اور وسیع لفظ ہے۔ ہومیوپیتھک طریقہ علاج میں علامات کا اطلاق اچھی بری صفات، اخلاقیات، کھانے پینے کے متعلق خواہش و نفرت، جسمانی امراض و تکلیفات، بیماریوں کے اسباب، امراض کی کمی زیادتی کی وجوہات پر ہوتا ہے۔ حکیم صابر ملتانی نے جو کہا ہے کہ ہومیوپیتھک میں امراض کا وجود نہیں بلکہ اس میں صرف علامات کا علاج کیا جاتا ہے بلکہ غلط کہا ہے۔ اس لئے کہ ہومیوپیتھک میں امراض کا وجود ہے۔ ان کا بھی علاج ہوتا ہے۔ لفظ علامات کے تحت امراض کا بھی ذکر موجود ہے۔
- یہ دنیا کا سب سے سستا طریقہ علاج ہے،اس کی تمام ادویہ کسی بھی بڑے ہومیو سٹور سے کم قیمت پر میسر ہیں، اور بار بار خریدنی نہیں پڑتی، جب طب اور ایلوپیتھک کی مڈیسن بہت زیادہ کاسٹلی ہوتی ہیں۔
- اس کی تمام ادویہ بہت آسانی سے میسر ہوتی ہیں۔
- ہومیوپیتھک ادویہ کبھی بھی اکسپائر نہیں ہوتی۔
- یہ سب سے زیادہ آسانی سے سمجھنے والا طریقہ علاج ہے۔
- یہ گناہوں کی عادات اور برے اخلاق کو بھی ختم کر سکتے ہے، طب اور ایلوپیتھک میں مشت زنی، چوری، ناک کریدنے، وہم کرنے، شک کرنے، ہوائی قلعے سے نجات دلانے والی کوئی بھی دواء موجود نہیں، جب کہ ہومیوپیتھک میں ان تمام اخلاقی خرابیوں کی ادویہ موجود ہیں اور وہ اثر بھی کرتی ہیں۔
- ہومیوپیتھی کا ایک فائدہ یہ بھی ہے کہ ایک اچھا ہومیوپیتھک ڈاکٹر آپ کی مکمل ہسٹری لے کر آپ کی لائیف سٹائل کو جان کر اس کو بدلنے کا کہتا ہے اور اسے بدنے کا طریقہ بھی بتاتا ہے۔ بہت سے کیس اسی وجہ سے بھی ٹھیک ہو جایا کرتے ہیں۔ یہ زندگی کو تبدیل کرنے اور رہن سہن اچھا بنانے کے لئے بہتریں طریقہ علاج ہے۔

- ہومیوپیتھک مماثل (Similar) طریقہ علاج ہے۔اس میں مریض کو وہ ہی دوا دی جاتی ہے جو کسی ایسی مادی چیز سے ہومیوپیتھک اصول کے مطابق بنائی گئی ہو جس میں اس بیماری کی مثل کیفیت، درد اور علامات پیدا کرنے کی طاقت موجود ہو۔جب یہ مادی چیز ہومیوپیتھی اصول کے مطابق پوٹینسی کی شکل میں بن جاتی ہے، تو اس میں ان امراض کو ختم کرنے کی طاقت آجاتی ہے جن امراض کو یہ پیدا کرتی تھی۔ وہ اس طرح کہ جب آپ یہ مادی چیز کسی انسانی جسم میں داخل کرتے ہیں، تو یہ بالضد طریقہ پر گرمی پیدا کر کے دونوں گردوں اور سر میں درد پیدا کرتی ہے۔ آپ جب اسی چیز کو ہومیوپیتھی اصول کے مطابق لطیف بنا کر پوٹینسی کی شکل میں انسان کو دیتے ہیں تو یہ گرمی کو کم کر کے درد گردہ اور درد سر کو ختم کرتی ہے۔ جیسا کہ گندھک سے سلفر 200 پوٹینسی بنائی جاتی ہے۔آپ کسی انسان کو گندھک مادی حالت میں کھلائیں، تو جسم میں گرمی زیادہ ہو کر درد سر اور درد گردہ پیدا ہوگا، پھر اسی انسان کو گندھک سے ہومیوپیتھی اصول کے مطابق بنی دوا سلفر 200 کا صرف ایک قطرہ دیں، تو جسم میں گرمی کم ہو کر درد سر اور درد گردہ ختم ہو جائے گا۔اس لئے ہومیوپیتھی بالمثل (برابر برابر) طریقہ علاج ہے۔
- اس میں ہوتا یہ ہے کہ جب مریض کو اس کی مرض کے ساتھ مماثلت رکھنے والی دواء دی جاتی ہے تو اس سے مصنوعی طور پر جسم میں اس کی بیماری کی مثل کیفیت پیدا ہوتی ہے۔ جسم میں قوت حیات (immune system) اس مصنوعی بیماری کو روکنے کے لئے رد عمل میں بالضد تحریک شروع کرتا ہے۔ یعنی قوت حیات بالضد بیماری کا علاج شروع کرتی ہے۔ اس لئے مصنوعی اور پہلے کی موجود مرضیاتی کیفیت ختم ہونے لگ جاتی ہے۔ مریض کو آرام محسوس ہونے لگتا ہے۔ یہ عمل بہت تیزی اور جلد سے جسم میں ہو جاتا ہے، اس لئے اکثر مریضوں کو محسوس بھی نہیں ہوتا اور کبھی محسوس ہوتا ہے۔ جسم جتنا مضبوط ہوگا اتنا ہی یہ عمل جلدی ہو جائے گا۔ کبھی ایسا بھی ہوتا ہے کہ مریض بے حد کمزور ہوتا ہے۔ بالمثل دوا بہت ہی ہائی پوٹینسی میں ہوتی ہے۔ جسم کمزوری کی وجہ سے رد عمل نہیں کر سکتا۔ دوا "پروونگ" کر جاتی ہے۔ مریض بجائے شفا پانے کے اور زیادہ بیمار ہونے لگ جاتا ہے۔ اس صورت میں انٹی ڈوٹ (دوا کا اثر ختم کرنے) کی ضرورت پیش آتی ہے۔ وہ کاشی رام انسائکلوپیڈیا میں ہر دوا کے اخر میں لکھی ہوئی ہے۔

- علامات کا لفظ ہومیوپیتھک میں انتہائی وسیع ہے۔ اس لفظ کے تحت امراض بھی آتی ہیں۔ جیسا کہ سلیشیا کے بیان میں فسچولہ، ٹیوبر کولینم کے بیان میں ٹی بی، میڈورینم کے بیان میں سوزاک، کارسینوسینم کے بیان میں کینسر، جیلیڈونیم کے بیان میں پیلا یرقان، نکس کے بیان میں قبض، سلفر کے بیان میں دردسر، نیٹرم میور کے بیان میں ڈپریشن، اگنیشیا کے بیان میں طاعون، کیفر کے بیان میں ہیضہ، اور ورپٹرم کے بیان میں موشن، لکھا ہوا ہے۔ یہ سب امراض کے نام ہیں۔ یہ نام لفظ علامات کے تحت آتے ہیں۔ اس لئے ہومیوپیتھک میں بیماریوں کا تصور موجود ہے۔ ان کا علاج بھی موجود ہے۔ اس لئے حکیموں کا یہ کہنا کہ "ہومیوپیتھک صرف علاماتی علاج ہے، اور اس میں بیماریوں کا علاج نہیں ہے" بالکل غلط اور ہومیوپیتھک سے جہالت پر مبنی ہے۔ یہ صرف عام لوگوں کو گمراہ کرنے کے لئے جاہل حکیموں نے شور مچایا ہوا ہے۔
- ہومیوپیتھک اس دنیا کو دوسرا بڑا طریقہ علاج ہے۔ اس کے سٹور دنیا کے ہر ملک اور ہر شہر میں موجود ہیں۔

❖ ایلوپیتھک:

پرانے وقتوں کے حکیم بیماری کا پتہ مریض کی نبض پکڑ کر لگاتے تھے پھر میڈیکل سائنس آ گئی اب ڈاکٹر نبض نہیں مریض کی گردن پکڑتے ہیں۔

(William bonec) میڈیکل سائنس کی ترقی دیکھی ہے مریض کی جسمانی حالت سنبھلنے لگتی ہے تو معاشی حالت بگڑنے لگتی ہے۔

(John amerson) میڈیکل سائنس کی بیشتر دوائیں نشہ سے بھرپور ہیں لیکن یہ جائز نشہ ہے کیونکہ اس سے ریاست کو منافع پہنچتا ہے۔

(Rick folli) درد کم کرنے والی گولیاں اور الٹے سیدھے اینٹی بائیوٹک کھلا کر فرد کے گردے خراب کیے جاتے ہیں پھر میڈیکل سائنس مریض پر احسان کرتی ہے اور اسے کڈنی سپیشلسٹ کے پاس بھیج دیتی ہے۔

(Tokista) ڈاکٹر مریض کو صرف اس کی بیماری بتانے کی فیس وصول کرتے ہیں اور فیس وصول کرنے کے بعد مریض سے پوچھتے ہیں بتاؤ تمہیں کیا مسئلہ یا کیا بیماری ہے۔

(Elliul) میڈیکل سائنس پہلے بیماری پیدا کرتی ہے پھر اس کا مہنگا علاج تشخیص کرتی ہے مریض خرچے سے پریشان ہو جائے تو مارکیٹ میں موڈ اچھا رکھنے والی گولیاں بھی دستیاب ہیں۔

(Carllito ray) جب ڈاکٹر مریض کو کہہ رہے ہوتے ہیں کہ اگلے ہفتے دوبارہ آنا تو اس کا مطلب ہوتا ہے کے پرانا نشہ اب مزہ نہیں دے گا۔

(Shown petterix) جب ایک پیزہ شاپ بنتی ہے اس کا تیس پرسنٹ منافع ڈاکٹروں کے بٹوے میں بھی جاتا ہے۔

(Mustffa najam) میڈیکل سائنس ایک دن عقیدے کی جگہ لے لے گی مریض کا ڈاکٹر سے سوال کرنا کہ اس نے فلاں فارمولا کیوں لکھا ہے ڈاکٹروں کی توہین میں شمار ہوگا۔

(Nick walker) دنیا میں اس وقت میڈیکل سائنس کی حکمرانی ہے اس نے کہا کورونا آ چکا ہے لہٰذا اس کے حکم پر دنیا بند کر دی گئی۔

(Rehan al-batosh) ڈاکٹر رشوت کھاتے ہیں فارماسیوٹیکل کمپنیاں ان کو رشوت دیتی ہیں فارما کمپنیوں کے ملازمین ڈاکٹر کو یاد دلانے کے لیئے ہوتے ہیں کے آپ ہماری کمپنی کو صحیح سے منافع نہیں دے رہے۔

(Mystereo) میڈیکل سائنس مریض کو فطری غذاؤں کی افادیت نہیں بتاتی ڈاکٹر خون کے کمی والے مریض سے یہ نہیں کہتے کلیجی کھاؤ وہ مریض کو کیمیکل والے سیرپ پلاتے ہیں جسے آئرن مشہور کر رکھا ہے۔

(Ronie metta)

کامل ماہر حاذق تجربہ کار ہومیوپیتھک معالج کی صفات

جو معالج فلاسفی (ہومیوپیتھک میں علاج ومعالجہ کے اصول وقوانین)، خواص الادویہ، (مٹیریا میڈیکا میں لکھی ہوئی میڈیسن کی خصوصیات، دماغی علامات، خواہش ونفرت، کمی زیادتی، اوران کے درمیان تفریق، ریپرٹری کے بارے بنیادی علم)، اسباب الامراض (وہ اسباب ووجوہات جن کی وجہ سے انسان بیمار ہوتا ہے)، دورانِ علاج حائل ہونے والی رکاوٹیں، علم الامراض (بیماریوں کے نام، ان کی حقیقت، جگہ، ان سے پیدا ہونی والی تکلیفات، وغیرہ)، انسانی ہومیوپیتھک مزاج (سلفر کیسے ہوتے ہیں، سیپیا عورت کیسی ہوتی ہے، نکس وامیکا مرد کیسے ہوتے ہیں، پلساٹیلا کیسے ہوتے ہیں، کلکیریا کارب کیسے ہوتے ہیں)، اصول حفظان صحت (انسانی صحت کو قائم رکھنے والے اصول اور آداب)، ہومیوپیتھک طریقہ کے مطابق کیس ٹیکنگ کا طریقہ کار، پوٹینسی کو استعمال کرنے کے قواعد، کو جانتا ہو، اسے ماہر، کامل، حاذق قابل اعتبار معالج کہہ سکتے ہیں۔

اس کے لئے صرف DHMS کرنا کافی نہیں بلکہ بے حد محنت اور مسلسل مطالعہ کرنا شرط ہے۔ نیز مریضون بیماریوں، ان کے اسباب اور لوگوں کے مزاجوں پر زیادہ سے زیادہ غور فکر کرنا اشد ضروری ہے۔

باب: اسباب امراض

ہر معالج اور ہر انسان کے لئے یہ جاننا ضروری ہے کہ وہ کیا کیا وجوہات ہیں جن کی وجہ سے انسان بڑی اور چھوٹی امراض میں مبتلاء ہوتا ہے۔ تاکہ وہ ان سے بچ کر اپنے آپ کو صحت مند رکھ سکے۔

میں نے جب ہومیوپیتھک سیکھنی شروع کی تھی، تو سب سے قبل ان ہی اسباب کو جاننے اور ان پر غور فکر کرنا شروع کیا تھا۔ جو بھی ہیلتھ میں پہلا قدم رکھتا ہے وہ اسباب امراض کو ہی تلاش کرتا ہے۔

آج جب پریکٹس کے ۱۰ سال مکمل ہو چکے ہیں، تو مطالعہ اور بہت سے مریضوں کی ہسٹری لینے سے مجھے بہت سے ان اسباب کا علم حاصل ہو چکا ہے، جو انسان کو بیمار کرتے ہیں۔ میں ان سب کو آپ سب کے فائدہ کے لئے بالترتیب لکھنے جا رہا ہوں۔ اللہ تعالیٰ کی بارگاہ صمد میں التجاء ہے کہ: وہ اس سے مجھے اور تمام انسانیت کو فائدہ دے۔

اسباب الامراض وہ چیز ہے جو آپ کو قابل ترین ڈاکٹر بنانے میں مدد کرے گے۔ یہ بہت ہی مفید شاندار چیز ہے۔ یہ آپ کی اعلیٰ کامیابی کی کونجی ہے۔

1۔ موروثی امراض

یہ وہ امراض ہیں جو جین کے ذریعہ سے آپ کے جسم میں والدین کی طرف یا اوپر سے کسی رشتہ دار کی طرف سے منتقل ہوتے ہیں اور بڑھتی عمر کے ساتھ زیادہ ہوتے جاتے ہیں۔ یہ پیدائش سے ہی موجود ہوتے ہیں۔

یہ وہ سبب ہے جو انسان کی پیدائش سے قبل ہی اس کی بیماریوں کی ابتداء کا سبب بنتا ہے، اس لئے میں نے اس کو سب سے قبل رکھا ہے۔

وراثتی یا موروثی امراض (hereditary diseases): ایسے امراض ہوتے ہیں کہ جو کسی بچے میں اس کے والدین یا والدین کی فیملی کی جانب سے وراثت میں منتقل ہو کر آتے ہیں۔

کزن میرج سے ب ھی بہت سی موروثی اور پیچیدہ امراض پیدا ہوتی ہیں۔ خصوصا بانجھ پن۔ خدارا! خاندان کے اندر رشتوں میں احتیاط کریں۔

بچوں میں 70% امراض موروثی ہوتی ہیں۔

موروثی امراض کی تشخیص کے لئے باقاعدہ ایلوپیتھک میں ٹسٹ بھی موجود ہیں۔ ایک ہومیو ڈاکٹر والدین اور فیملی کی ہسٹری سے تشخیص کرتا ہے۔

لازمی نہیں کہ موروثی امراض بچپن میں ہی ظاہر ہوں بلکہ 40 سال کی عمر میں بھی ظاہر ہو جایا کرتی ہیں۔

میں اس جگہ کچھ موروثی امراض کا ذکر کرنے لگا ہوں جو میں نے خود مریضوں میں مشاہدہ کی ہیں۔ یہ بڑی حیران کن بات ہے، کہ بیماری خاندان سے اولاد کی طرف منتقل ہوتی ہے۔ ایلوپیتھک بھی اس کو تسلیم کرتی ہے۔ وراثتی بیماریاں: ایڈز، ٹی بی، کینسر، بواسیر، شوگر، ہائی بی پی، ڈپریشن اور غم، مسے، بری خبر سے فورنا پاخانہ آجانا، سوزاک، مشت زنی کی عادت، السرہ معدہ اور جگر کے امراض، دانتوں کا خراب ہونا، بانجھ پن، تھلیسیمیا، معذوری، خون کی قلّت، قد یا جسم کا کوئی حصہ چھوٹا رہ جانا۔

❖ موروثی امراض کا علاج کیسے کیا جائے؟

خود علاج کرنے سے بہتر ہے کہ کسی مشہور و معروف بڑے ہومیو ڈاکٹر سے رابطہ کیا جائے۔

والدین کی ہسٹری لی جائے، جو ان دونوں کی ادویہ بنتی ہیں، وہ بچے کو دی جائے۔ دوسرا اس بیماری کی ہومیوپیتھک میں سب سے زیادہ استعمال ہونے والی دواء کی ایک ڈوز دی جائے۔

جن امراض کو میں دیکھ چکا ہوں، ان کی دواء میں آپ کو بتا دیتا ہوں۔ بقیہ خود تلاش کر لینا۔ ایڈز کے لئے آئیوڈیم، کینسر کے لئے کارسینوسینم، بواسیر مسوں اور جسم پر غیر ضروری بالوں کے لئے تھوجا، ٹی بی شوگر ہائی بی پی بانجھ پن معذوری دمہ خون کی قلّت قد کا چھوٹا رہنا اور جگر کی امراض کے لئے ٹیوبر کولینم کو M1 چ، ڈپریشن اور غم کے لئے نیٹرم میور، بری خبر کے اثرات بد کو روکنے کے لئے بوریکس، کسی گندی عادت کو چھڑانے کے لئے والدین کی مزاجی دواء دیں، السرہ معدہ کے لئے رسٹاکس اور سلفر، دانتوں کی خرابی کے لئے سفلینم، تھلیسیمیا کے لئے مینگانم میٹیلیکم۔ والدین کی مجموعی امراض کو اولاد کی طرف منتقل ہونے کو روکنے کے لئے کارسینوسینم۔ بچوں کی جلدی موروثی امراض میں اکثر رسٹاکس 1M استعمال ہوتی ہے۔

کچھ موروثی امراض وہ بھی ہیں، جو دوران حمل بہت زیادہ ایلوپیتھک ادویہ کے استعمال یا صدمہ یا انفیکشن کی وجہ سے بچے کو لگتی ہیں۔اس لئے دوران حمل کی ہسٹری لینا بھی ضروری ہوتا ہے۔

ایلوپیتھک کے پاس موروثی امراض کا کوئی علاج نہیں ہے۔ مگر الحمد للہ، ہومیوپیتھک اپنے آپ میں کامل ہے،اس میں موروثی امراض کا حتمی مستقل قدرتی علاج موجود ہے۔

2۔اخلاقی خرابیوں سے پیدا شدہ امراض

یہ انسانی سوچ کی خرابی سے پیدا شدہ امراض جسمانی ہیں۔

آپ اس عنوان کو ایک دوسرے عنوان سے بھی تعبیر کر سکتے ہیں وہ: ''مزاج کی خرابی سے پیدا شدہ امراض''۔ان کے خاتمہ کے لئے 100 مزاجی ادویہ استعمال ہوتی ہیں۔

انسانی سوچ انسانی جسمانی صحت پر اثر انداز ہوتی ہے۔ میں صرف پڑھی یا لکھی نہیں بلکہ سائنسی تجرباتی کچھ باتوں سے ثابت کروں گا کہ ''انسانی سوچ'' امراض پیدا کرنی کی صلاحت رکھتی ہے۔

میرے پاس ایک مریض آیا۔اس نے کہا کہ مجھے کوئی بیماری نہیں،اور مردانہ کمزوری بھی نہیں ہے۔ بات صرف اتنی ہے کہ میں مختلف طریقہ سے جماع کرتا ہوں تو کچھ اینگل سے انتشار ہوتا ہے اور کچھ سے نہیں ہوتا ہے۔ میں نے دو گھنٹے اس کی مکمل ہسٹری لی تو سواء سوچ کی خرابی کے کوئی بھی بیماری نہ ملی۔اس کا مزاج نیٹرم سلف تھا۔ان لوگوں کو بہت کم چیزیں پسند آتی ہے اور بڑے نخرے والے ہوتے ہیں۔ یہ بہت ہی حساس ہوتے ہیں۔اس ذہنی سوچ کی حساسیت کی وجہ سے ہی کچھ اینگل میں شہوت وانتشار رکھتا تھا اور کچھ میں نہیں۔ میں نے اسے نیٹرم سلف ہی استعمال کروائی تو بہت فائدہ ہوا۔

مجھ سے آن لائین کال پر ایک مریضہ نے رابطہ کیا۔اس نے شدید دردسر کی شکائیت کی تھی۔اس سے مکمل ہسٹری لینے سے معلوم ہوا کہ اس کو یہ دردسر ہمیشہ کسی غلط فیصلہ کے پچھتاوے کی وجہ سے ہی ہوتا ہے اور کوئی بھی وجہ نہیں بنتی ہے۔ میں نے اسے اولنڈر دی تھی۔اولینڈر دواء کے مریض کی تکلیفات پچھتاوے سے ہی پیدا ہوتی ہے۔اس کو بہت فرق پڑتا تھا۔اس کیس میں بھی بالکل واضح ہے کہ پچھتاوا ایک ذہنی حالت ہے۔اس ذہنی حالت کی وجہ سے دردسر پیدا ہورہا ہے۔

لاہور سے ایک مریضہ نے آن لائین رابطہ کیا تھا۔اس کو اکثر مائیگرین ہو جایا کرتا تھا۔یہ اکثر رات کو ہوتا تھا۔ہسٹری لینے سے معلوم ہوا کہ اس کو ہمیشہ اپنی فیملی کی فکر اور ان کے غلط روئے کی وجہ سے ہی دردسر ہوتا تھا۔ میں نے اسے آرسینکم البم دی تھی۔اس سے اسے بہت فائدہ ہوا تھا۔اس کیس میں بھی بالکل ظاہر ہے کہ ((فیملی کی شدید فکر)) سے ہی دردسر پیدا ہورہا ہے۔ فیملی کی شدید فکر ایک ذہنی کیفیت ہے۔ یہ ذہنی کیفیت بیماری کا سبب بن رہی ہے۔

ایک مائیگرین کی مریضہ کو بیس سال سے شدید دردسر کا مرض تھا۔مکمل بات چیت ہونے کے بعد معلوم ہوا کہ بیس سال قبل اس کی چھوٹی بہن کی شادی اس سے قبل ہونے کی فکر کی وجہ سے یہ دردسر شروع ہوتا تھا۔ میں نے اسے کونیم 1M دی تھی۔الحمد للہ، اس سے وہ ٹھیک ہو گئی تھی۔ کونیم دواء اس وقت دی جاتی ہے جب حق جماع یا خواہش جماع نہ پوری ہونے سے کوئی تکلیف پیدا ہو۔

آپ کو معلوم ہے کہ ڈپریشن اور ٹینشن سے دردسر، بخار، قے، فالج، لقوہ، ہائی بی پی اور ہارٹ اٹیک ہو جاتا ہے۔ یہ ڈپریشن اور ٹینشن انسانی سوچ ہی ہیں۔اس سے موت اور فالج بھی ہو جاتا ہے۔ میں نے ڈپریشن اور پریشانی سے بہت سے جوان مرد وعورت کو بالکل بوڑھا ہوتے بھی دیکھا ہے۔ وہ بھی صرف ایک سال کے اندر اندر ہی۔ یہ بہت حیران کن مشاہدہ تھا۔

آپ نے دیکھا ہوگا کہ آپ نے جب کسی کا قرض دینا ہو، یا آپ کا کوئی پیارا فوت ہو جائے یا آپ کا کاروبار میں کوئی نقصان ہو جائے یا محنت کرنے کے باجود بھی آپ کے نمبر کم آئیں تو آپ غم اور پریشانی کی وجہ سے بیماری ہو جاتے ہیں، آپ کا سر درد کرنے لگتا ہے، بی پی ہائی ہو جاتا ہے، بخار ہو جاتا ہے، کندھے درد کرنے لگتے ہیں۔ یہ اس بات کی دلیل ہے کہ انسان اپنی سوچ کی وجہ سے بھی بیمار پڑتا ہے۔آپ نے کچھ لوگوں کے ایک سال میں ہی سر کے تمام بال سفید ہوتے دیکھے ہوں گے۔

میں نے اپیس ملیفیکا کی مریضاؤں میں حسد کی شدت کی وجہ سے دائمی درد شکم کا مرض بھی دیکھا ہے۔ کیموملا بچوں میں غصہ کی شدت کی وجہ سے موشن لگتے بھی دیکھا ہے۔ یہ غصہ اور حسد انسانی سوچ ہی تو ہیں۔

میرے پاس اس طرح کے بہت سے کیس موجود ہیں اور بہت سی سائنسی مثالیں دی جاسکتی ہیں۔ان شاء اللہ، جب آپ خود مریضوں کو باریکی سے دیکھیں گے تو آپ کو معلوم ہو جائے گا کہ انسان سوچ بھی امراض کا سبب بنتی ہے۔

اب میں کچھ بری عادات، سوچوں، اخلاقیات کا ذکر کرتا ہوں جو عموماامراض کا سبب بنتی ہیں۔ بنیادی یہ ہیں مگر ان کا احاطہ کرنا ممکن نہیں ہے۔

بری غلط گندی سوچ۔ دماغی بری گندی معیوب صفات۔ اخلاق رذیلہ۔ بری عادتیں۔ جیساکہ: غرور۔ تکبر۔ کینہ۔ زندگی سے بیزاری۔ غم۔ بہت زیادہ پچھتاوا۔ منفی سوچ (ہر بات کا الٹ مطلب مراد لینا، ہر کام کے نقصان دے پہلو کا زیادہ خیال رکھنا)۔ مطلب پرستی۔ ہر کام میں بے حد شدت۔ شفاء سے مایوسی۔ بہت زیادہ خیالی پلاؤ بنانا۔ بے حد ضدی ہونا۔ بہت زیادہ کھانے کی خواہش۔ بہت زیادہ ڈرنا۔ بہت زیادہ میٹھا کھانا۔ بہت زیادہ نمک کھانا۔ بہت زیادہ آلو کھانا۔ بہت زیادہ وہم کرنا۔ بہت زیادہ جلد باز ہونا۔ منافقت اور میسناپن۔ چغل خوری کی بہت زیادہ عادت۔ بہت زیادہ بدگمانی۔ بہت زیادہ گالیاں دینا۔ بلاوجہ جھوٹ بولنا۔ بے حد حرص اور بے صبری سے کھانا۔ بزدل ہونا۔ حسد۔ بہت شرارتی ہونا۔ بے حد بچپنا پن۔ بہت بند انسان ہونا کہ اپنے دل کی بات کسی سے نہ کہنا۔ عیاش، اس طرح کی طرح طرح کے لذیذ کھانے مسلسل کھاتے رہنا اور زندگی کو بہت زیادہ انجوائے ہی کرتے رہنا۔ ناقابل ہضم اشیاء کھانے کی عادت۔ بار بار ہاتھ ہلانے کی عادت۔ بار بار ہاتھ دھونے کی عادت۔ دوسروں کا دیکھنا بالکل برداشت نہ ہونا۔ بے حد شرمیلا پن۔ بے حد بے شرم ہونا۔ چھوٹی چھوٹی باتوں کا بتنگڑ بنا دینا۔ بے حد حساس ہونا۔ معمولی سی بات کو دل پر لے لینا۔ اپنے رشتہ داروں کی بالکل فکر نہ کرنا۔ بہت زیادہ باتیں کرنا۔ بہت زیادہ خاموش رہنا۔ اکثر اوقات ناامید رہنا۔ بے حد نافرمانی۔ صحت کے بارے میں زبردست تشویش میں رہنا کہ مجھے کیا ہے۔ بہت زیادہ ظالم ہونا۔ ہر وقت کسی نہ کسی کام میں مصروف رہنا۔ بے حد سستی اور لاپرواہی، کاموں کو ٹال مٹول کرتے رہنا، کام بالکل نہ کرنا۔ ہر ایک پر حکومت کرنے کی خواہش۔ ہر ایک سے آگے نکلنے کی خواہش۔ بہت زیادہ جاسوسی کرنے کی عادت کہ یہ سوچتے رہنا کہ فلاں کیا کر رہا ہے اور کیا کرنے جارہا ہو۔ بے حد شکی ہونا۔ بہت زیادہ سخت مزاج ہونا۔ بہت زیادہ کھلے دل کا مالک ہونا۔ بے حد غصہ ور ہونا۔ بے ہودہ حرکات کرنا۔ صرف اپنی ہی بات منوانا۔ ہمیشہ دوسرے کی بات ماننے پر مجبور ہونا۔ بے حد خوشامد پسند ہونا۔ اپنی یا دوسروں کی موت کا خوف بہت زیادہ سر پر سوار کرنا۔ ہر وقت کاروبار کی فکر میں رہنا، اور اپنی بقیہ تمام ذمہ داریوں کو چھوڑ دینا۔ بے حد شہوت پرستی۔ غم سے محبت کرنا۔ بے حد فرمانبردار ہونا۔ جماع کی زبردست خواہش یا جماع سے نفرت۔ اپنی ذمہ داریوں کی بے حد فکر۔ بے صبری اور تکلیف کو بالکل برداشت نہ کرنا۔ ذہنی اور جذباتی طور پر بہت ڈھیلا ڈھالا ہونا۔

اس طرح کی صفات، اخلاق اور عادات انسان کو بیمار سے بیمار تر کرتی جاتی ہیں۔

یہ مشہور بری عادات و صفات کے بارے میں ذکر کر دیا ہے۔ یہ وہ ہی جو میں نے خود دیکھی ہیں۔ ان کو لکھ دیا ہے۔ اس کے سواء بھی بری عادات و صفات ہیں۔ آپ خود اپنی بارے میں سوچیں کہ آپ میں کیا کیا بری عادات و صفات ہیں۔ ان کو اپنی ذہن کی طاقت سے دور کر دیں۔ ان شاء اللہ، آپ کی صحت بہتر ہونا شروع ہو جائے گی۔

❖ علاج

ہومیوپیتھک کے مطابق ہر انسان کا ایک مجموعی مزاج اور سیرت ہے۔ جس کو لائیکوپوڈیم، سلفر، کلکیریا کارب، پلساٹیلا، تھوجا، سٹافی وغیرہ ناموں سے موسوم کیا جاتا ہے۔ کسی اچھے ہومیوپیتھ سے مشاورت کرکے اپنی مزاجی دواء نکال کر اس دواء کی 1M کی چار ڈوزیں دو دو ماہ کے فاصلہ سے لے کر اپنے اندر سے بری عادات و صفات کو ختم کیا جاسکتا ہے۔ مگر جو عادات موروثی ہوں یا کسی خارجی بڑے سبب سے پیدا ہوں، ان کے لئے دوسری ادویہ کی ضرورت پڑے گی۔

دوسرا طریقہ یہ ہے کہ آپ علم و تعلیم زیادہ سے زیادہ حاصل کریں اور کتاب کا زیادہ سے زیادہ مطالعہ کریں تاکہ آپ کو بری صفات واخلاقیات کا مکمل علم ہو سکے، ان کے نقصانات کو بھی اور ان سے بچنے کا طریقہ بھی آجائے۔ اس ضمن میں امام غزالی کی کتاب احیاء علوم الدین ضروری پڑھنی چاہئے۔ مفتی عبدالقیوم ہزاروی صاحب نے اس کا بہت ہی باکمال ترجمہ کیا ہے۔

بہت سے لوگوں نے علم کی برکت سے اپنے اندر سے حسد، غرور، تکبر، لالچ، اور منافقت ختم کی ہے۔ مجھے اس قسم کے مریضوں پر اکثر تعجب ہوتا ہے کہ کیسے انہوں نے علم کی برکت سے اپنی گندی بری عادات پر قابو پالیا۔ علم ایک بہت بڑی نعمت ہے۔ تمام زندگی کسی نہ کسی اچھی کتاب کا مطالعہ کرتے رہیں۔ ہر شعبہ کی بنیادی معلومات حاصل کرتے رہیں۔ جب تک علم کے ساتھ رہیں گے تو زندہ رہیں گے۔

میں اخر میں اپنی اس نظریہ کی صداقت پر دو ہومیوپیتھک لیڈر کا قول پیش کرتا ہوں۔ کینٹ اور ایلن دونوں کا کہنا ہے کہ: "یہ بیماری ذلیل انسانی ضمیر کی پیداوار ہے" (انتہاء)۔ مگر آپ اس بات کو بھی یاد رکھنا کہ کچھ امراض موروثی، کچھ امراض ضمیر کی پیداوار، کچھ امراض ماحول کی آلودگی اور تبدیل سے کچھ امراض حالات کی خرابی سے بھی پیدا ہوتی ہیں۔

ان ہی بری عادات میں سے ایک عادت اپنے اموشن اور جذبات کو اندر دبانا اور بروقت ظاہر نہ کرنا بھی ہے۔ اس سے بھی اندرون دن ناسور بنتا ہے، ڈپریشن پیدا ہوتی ہے، دماغ پر دباؤ ہوتا ہے اپنے اموشن کو دبانا۔ اپنی نفساتی جذبات کو بروقت ظاہر نہ کرنا۔ اپنی خواہشات، جذبات، خیالات، سوچ، تمنا، غصہ کا وقت پر اظہار نہ کرنا، محبت کا اظہار۔ کسی سے نفرت یا دشمنی کا اظہار۔ یعنی بند ہونا۔ یہ عادت پلساٹیلا، سٹافی، کونیم، تھوجا، اناکارڈیم، اور نائیٹرک ایسڈ وغیرہ لوگوں میں ہوتی ہے۔ یہ جسمانی امراض کی پیدائش کا سبب بنتی ہے۔

میازم تھیوری کا ارتقاء اور اس پر میری جدید تحقیق و نظریہ

1۔سوراء،2۔سائیکوسس،3۔سفلس،4۔کینسر،5۔ٹیوبر(ٹی بی،دق)،6۔گنوریا(سوزاک)7۔ڈپریشن(غم، پریشانی)۔

میرے میازم والے مضمون کی اہمیت؟

ہومیوپیتھک میں میازم کو سمجھنا اور مریض میں یہ جاننا کہ کون کون سا میازم موجود ہے، سب سے زیادہ مشکل ہے اور ہومیوپیتھک ڈاکٹرز کو میازم کی سمجھ بھی نہیں آتی ہے، مگر اللہ تعالی کے فضل سے میرا یہ مضمون پڑھ کر آپ لازمی میازم کو سمجھ جائیں گے، میازم کے بارے اس طرح واضح، مفصل، جامع، منظم، مرتب، صاف اور آسان بیان کسی کتاب سے نہیں ملے گا اور نہ گوگل سے، سب اللہ تعالی کا فضل و کرم ہے۔اللہ تعالی کا خاص کرم اللہ تعالی کے خاص بندوں پر ہی ہوتا ہے، اور مجدد کبھی کبھی ہی آتا ہے۔

میں نے ایک بار تین گھنٹے میازم پر بیان کیا تھا، تو سب ڈاکٹرز اور سٹوڈنٹ کو بہت سمجھ آئی تھی اور وہ بہت خوش ہوئے تھے۔

میں نے جو میازم پر اپنی ذاتی تحقیق اور ہومیوپیتھک لیڈرز کے اقوال کو ایک خاص طریقہ پر جمع کیا اور اس کی تشریح کی ہے، یہ ان شاء اللہ، نسلوں تک ہومیوپیتھک ڈاکٹرز کی رہنمائی کے لئے کافی ہے۔

جو میازم کی سمجھ کو لے کر پریشان تھے، ان کے لئے اس مضمون میں تسلی بخش مواد اور خوبصورت ترتیب موجود ہے۔

دس سالوں میں بہت مرتبہ بہت سے ڈاکٹرز، سٹوڈنٹ اور میرے شاگردوں نیز دوستوں نے کہا تھا کہ صابری سر! میازم پر بھی لکھیں، مگر میں نے کبھی اس پر لکھا نہیں ہے۔اس کی بنیادی وجہ یہ تھی کہ میازم کو سمجھنا بہت ہی مشکل ہے اور میں نے آسان چیزوں پر پہلے لکھ دیا اور اب میازم پر لکھ کر یہ فرض بھی اداء کرنے لگا ہوں۔

میرے اس مضون میں تمام تر ہومیوڈاکٹرز کی تحقیقات اور میرے ذاتی بے شمار نظریات شامل ہیں، ان شاء اللہ، یہ مضمون بہت نافع ہونے جا رہا ہے۔اللہ تعالی اپنی جناب سے اس کا اجر دے۔

میازم کے بارے میں جتنا میں نے لکھ دیا ہے، اتنا کسی کتاب کسی پروفیسر، کسی ڈاکٹر، سے نہیں ملے گا، اور نہ ہی پورے انٹرنیٹ پر ایسا مواد موجود ہے، نہ ہی chat GPT اتنا بیان کر سکے گا۔ان کی کی اللہ تعالی رہنمائی کرتا ہے مگر روبوٹ کی اللہ تعالی کی طرف سے روحانی رہنمائی نہیں ہوتی ہے۔

زیادہ تر کلاسیکل ہومیوپیتھک ڈاکٹرز نے میازم کو سمجھنے کے لیے مشکل راستے کا انتخاب کیا ہے۔

میازمز کا نظریہ ہماری ہومیوپیتھک سائنس کا سب سے دلچسپ حصہ ہے اور یہ ایک ایسا شعبہ ہے، جہاں بہت زیادہ غلط فہمیاں، تنقیدیں اور تنازعات موجود ہے۔یہ میازم تھیوری کا اچھی طرح سے نہ سمجھنے کا نتیجہ ہے۔اب مختلف درجہ بندیوں کے ساتھ میازم کے موضوع پر مخالف نظریات اور آراء کی ایک بڑی تعداد موجود ہے، جو بہت سے ہومیوپیتھوں کو الجھا دیتے ہیں اور اس کے نتیجے میں مریض کے لئے غلط ادویہ کا انتخاب ہوتا ہے۔

بفضلہ تعالی میں نے میازم کی تمام الجھن حل کر دیں ہیں۔اس کو ایک صاف اور کامل انداز میں آپ کے سامنے اس مضمون میں پیش کیا ہے۔اب اس پر بہت کچھ لکھنا باقی ہے، اس پہلے حصہ میں جو رلکھ دیا ہو سب کے لئے کافی ہے۔

بڑی اور چھوٹی امراض کی ابتدا کا ایک سبب میازم بھی ہے۔میرے دوست! اللہ تعالی مجھے اور تجھے دونوں جہانوں کی خیر عطاء کرے، تو اس بات کو کبھی نہ بھولنا کہ میازم کے سواء بھی بیماریوں کی پیدائش کے اسباب موجود ہیں۔اگرچہ میازم کی اہمیت ہومیوپیتھک میں سب سے زیادہ ہے اور اس پر بحث بھی سب سے زیادہ ہے۔اس غلط فہمی کی وجہ سے بہت سے ہومیوڈاکٹر بیماریوں کے بقیہ اسباب کو نظر انداز کر دیتے ہیں۔اس سے بہت سی الجھنیں پیدا ہوئی ہیں۔

ہومیوپیتھک میں میازم کی اہمیت؟

مریض کی بیماری کے ساتھ جو جو میازم موجود ہیں، ان کو پہچان کر ان کا علاج کرنا علاج کو مؤثر بناتا ہے۔ ہومیوپیتھک میں دوا کا انتخاب مریض کی مجموعی علامات، میازم اور مزاج کو مد نظر رکھ کر کیا جاتا ہے۔ تقریباً تمام کرانک کیسز میں ایک سے زیادہ ادویہ کا انتخاب ہوتا ہے، جیسا کہ مریض کی مزاجی دواء، اگر اس کے جسم پر مسے موجود ہیں تو تھوجا، اگر گلا خراب ہے تو ہیپر سلف، اگر زبان کی مثلثی نوک انتہائی سرخ چمکدار دانے دار ہے تو رسٹاکس، اس میں بار بار بیمار ہونے کا رجحان ہے تو ٹیوبر کولینم، اگر کسی قسم کا ٹائیفائیڈ بخار موجود ہے اور وہ بار بار آتا رہتا ہے، تو اس بخار کی مجموعی علامات کے مطابق دواء، اگر خون کی کمی ہے تو آرنیکا، اگر نظام انہضام بہت بری طرح خراب ہے تو سلفر کا انتخاب کرنا، اگر غم یا صدمہ کی ہسٹری کے ساتھ یہ عادت کہ کہ مریض کو کوئی بھی پریشان کرنے والی بات آنے سے وہ ذہن سے نکلتی ہی نہیں تو نیٹرم میور کا انتخاب کرنا، اگر جوانی میں عضو خاص پر سفلس ہوا ہے تو مرک سال، اس طرح ایک ہی کیس میں مزاجی دواء تھوجا، ہیپر سلف، رسٹاکس، ٹیوبر کولینم، آرنیکا، ٹائیفائیڈ کی دوا، مرک سال، سلفر اور نیٹرم میور کا انتخاب ہوگا۔ تمام ادویہ علیحدہ علیحدہ سے استعمال ہوں گی۔ ایک ساتھ تمام ادویہ کو استعمال کرنا مکسوپیتھی ہے اور یہ صحیح نہیں ہے۔ اس طرح جب بیماری کے پیچھے تمام میازم اور مزاجی خرابیوں کا علاج ہوگا، تو یہ گہرا اور دیر پا علاج ہوگا۔ اکثر مریضوں کو چالیس سال کی عمر میں ایسی مکمل صحت حاصل ہوئی ہے، جو انہوں نے زندگی میں کبھی دیکھی ہی نہیں، وہ بہت خوشی اور اطمنان کا اظہار کرتے ہیں۔

کیا دو میازم ایک انسان میں جمع ہو سکتے ہیں؟

آپ یہ بات یاد رکھنا کہ سوراء کے سواء بقیہ میازم بھی بڑی بیماریوں کا سبب بنتے ہیں۔ آپ یہ بات بھی یاد رکھنا کہ ایک میازم کے بعد جب دوسرا میازم آتا ہے، تو دوسرا پہلے والے کو ختم نہیں کرتا بلکہ دونوں جسم میں جمع ہو جاتے ہیں، ہاں پہلا اندرون جسم دب کر مخفی ہو کر کام کرنے لگتا ہے۔ یہ اس طرح ہے کہ ایک انسان میں جس طرح دو بیماری ایک ساتھ آسکتی ہیں اور دو بیماریوں کے سبب جسم پر وارد ہو سکتے ہیں، اسی طرح ایک انسان کے جسم میں سب میازم بھی جمع ہو سکتے ہیں اور میں نے دیکھے بھی ہیں۔ یہ ایسا ہے کہ جیسا کہ ایک جسم میں دو زہروں کا جمع ہونا۔ دو زہروں کا جمع ہونا ممکن ہے، اس لئے دو میازم کا ایک ساتھ جسم میں موجود ہونا ممکن ہے۔

میازم کسے کہتے ہیں؟

میازم انتہائی لطیف ذہنی انفیکشن، آلودگی اور غلط سوچ ہے، جو اکثر والدین یا نانا نانی یا دادا دادی وغیرہ سے اولاد کی طرف منتقل ہوتی ہیں۔
کبھی یہ زنا، لواطت، یا غلط طریقہ سے جماع سے بھی انسانی جسم میں منتقل ہوتے ہیں، کبھی حالات کی خرابی اور ماحول کی آلودگی سے بھی پیدا ہو جاتا ہے، اور کبھی ایلوپیتھک ادویہ سے بھی پیدا ہوتا ہے جیسا کہ حفاظتی ٹیکوں سے سائیکوسس کا پیدا ہونا اور انتہائی گرم ادویہ سے سوراء کا پیدا ہونا، کبھی اخلاقی خرابیوں سے بھی میازم پیدا ہو جاتا ہے جیسا کہ زندگی سے بیزاری سے ٹی بی کا پیدا ہونا، بے حد مایوس اور ناامیدی سے کینسر کا پیدا ہونا، وہم سے نامرد ہونا، حسد سے درد شکم ہونا۔
میازم متعدی ہوتا ہے، کہ ایک نسل سے اس کی اولاد کی طرف منتقل ہوتا ہے، بذریعہ جماع عورت سے مرد کی طرف یا مرد سے عورت کی طرف منتقل ہونا۔ ہر میازم موروثی اور متعدی ہوتا ہے۔

ایک انسان میں ایک سے زیادہ میازم بھی جمع ہو جایا کرتے ہیں، حتیٰ کہ میں نے یہ تمام میازم ایک ساتھ ایک مریض میں بھی دیکھے ہیں، جیسا کہ ایک مریض تھا، والدہ کی طرف سے اسے سائیکوسس میازم ملا، والد کی طرف سے سلفس میازم ملا، کھانے پینے میں بہت سی بدپرہیزیوں کی وجہ سے سوراء میازم جسم میں پیدا ہوا، فیملی میں ٹی بی کی موجودگی کی وجہ سے ٹیوبر میازم بھی جسم میں پیدا ہوا۔

انسانی جسم میں کسی میازم کی موجودگی سے کیا ہوتا ہے؟ میازم کے نقصانات کیا ہیں؟

میازم انسانی جسم کو کمزور کرتا ہے۔
میازم ایک مرضیاتی کیفیت ہے، اور ہر مرض کمزوری پیدا کرتی ہے، اس لئے میازم بھی کمزور پیدا کرتا ہے۔

میازم پہلے جسم میں خاص قسم کا زہر پیدا کرتے ہیں پھر بکٹیریا، پھر جلدی بیماریاں پھر بڑی بیماریاں پھر ان بیماریوں کی وجہ سے نئی بیماریاں اور تکلیفات پیدا ہوتی ہیں، مگر شروع سوچ اور ذہن سے ہوتا ہے۔

میازم جسم میں مختلف قسم کے بکٹیریا کی پیدائش کا سبب بنتا ہیں۔ یہ بکٹیریا جسمانی بڑی بیماری کا سبب بنتا ہے۔

میازم کرانک بیماریوں کا سبب بنتا ہے۔ میازم کی وجہ سے بڑی بڑی امراض وجود میں آتی ہیں۔ جیساکہ ٹیوبر سے فسچولہ، سائیکوسس سے قبض اور بواسیر، سوراء سے ہائی بی پی شوگر یورک ایسڈ کولسٹرول جلن تیزابیت، سفلس سے نامردگی اور بھوک کی کمی۔ معدہ کی بہت سی تکلیفات سوراء میازم کی وجہ سے پیدا ہوتی ہیں۔ ہر میازم مختلف قسم کی بڑی بیماریاں پیدا کرتا ہے۔

میازم آہستگی سے بڑھتا ہے اور انسانی زندگی کو جلد ختم کر دیتے ہیں، وہ جتنا زیادہ جسم میں بڑھتا جائے گا اتنا ہی زندگی کو کم کرتا جائے گا۔

میازم اخلاقی خرابیوں کا بھی سبب بنتا ہے۔ میازم انسانی صحت پر سب سے زیادہ منفی اثرات ڈالتا ہے۔

یہ مختلف قسم کی جلدی امراض بھی پیدا کرتے ہیں۔

میازم انسان پر ادویہ اور غذا کو مکمل طور پر اثر کرنے میں رکاوٹ بنتا ہے۔ اس لئے جب مریض کی علامات کے مطابق بالکل صحیح مماثل دواء اثر نہ کرے تو میازمیٹک کی بنیادی ادویہ کو پہلے دیا جاتا ہے۔ ہر میازم دوسری ادویہ اور غذا کو مکمل طور پر اثر نہیں کرنے دیتا ہے۔ جب بھی صحیح منتخب دواء اثر نہ کرے، تو مریض میں میازم تلاش کر کے پہلے اس کی دواء دی جاتی ہے پھر صحیح مماثل منتخب دواء دی جاتی ہے۔

میازم کی موجودگی سے سے بار بار بیمار ہونے کا رجحان بھی پیدا ہوتا ہے۔

میازم سے جسم کی قوت مدافعہ کمزور ہوتی ہے اور نئی بیماریوں کو قبول کرنے کا رجحان بھی پیدا ہوتا ہے۔

میازم بنیادی توانائی کو پیدا کرنے والے اعضاء میں عدم توازن پیدا کرتا ہے۔ جس سے وہ اچھی طرح سے توانائی پیدا نہیں کر سکتے۔ یعنی میازم انسان میں بنیادی طاقت پیدا کرنے والے اعضاء میں خرابی پیدا کر کے جسم میں کمزوری لاتا ہے۔ سائکوسس دل کو، سوراجگر کو، سفلس دماغ کو، ٹیوبر پھیپھڑوں اور دل، بعد میں جگر کو، سوزاک مرادانہ اعضاء کو، اور کینسر دل کو کمزور کرتے ہیں، اس سے ان کے لئے اپنے افعال ادا کرنا مشکل ہو جاتا ہے۔ بعد میں دوسرے اعضاء بھی کمزور ہونے لگتے ہیں۔ میازم مختلف درجات میں مختلف علامات و تکلیفات پیدا کرتا ہے جیسا کی ذہنی سطح پر، جذباتی اور احساساتی سطح پر، جسمانی سطح، جلد پر، آخر میں بڑی امراض پھر کینسر پھر موت۔

میازم انفیکش ہمیشہ اخلاقی خرابیوں سے بھی شروع ہو کر جلدی خرابیوں تک جاتا ہے۔ درمیاں میں طبّی اعتبار سے بہت کچھ ہوتا ہے۔ جلدی خرابی نقطہ عروج ہے۔

جسم میں جو میازمیٹک انفیکش آتے ہیں، ان سے قبل دماغ میں اخلاقی خرابیاں پیدا ہوتی ہیں۔ میازم انفیکش کے رجحانات اس وقت پیدا ہوئے جب انسان نے اپنی اخلاقی اقدار کو پامال کیا۔ طبعی مائکروبیل انفیکشن کو ثانوی حیثیت رکھتا ہے۔ (کینٹ) کچھ قسم کی اخلاقی خرابیوں سے میازم پیدا ہوتا ہے اور کچھ دوسری قسم کی اخلاقی خرابیاں میازم پیدا کرتا ہے۔

میازم کو ختم کیسے کیا جائے گا؟ میازم کا علاج؟

انسانی جسم میں سے ہر قسم کے میازم کو ختم کرنا ضروری ہے تاکہ وہ بیماری کا سبب نہ بنے۔

ہر میازم کی مخصوص ہومیوپیتھک دواء اور طبّی غذا موجود ہے۔

میں نے الحمد للہ، بہت سے مریضوں میں سے سوراء میازم "سلفر، کلکیریاکارب، چیلیڈونیم" سے ختم کیا ہے۔ وہ تمام مریض جنھوں نے ایلوپیتھک ادویہ بہت زیادہ کھا کر معدہ اور گردوں ک و تباہ کیا ہے، اللہ تعالی کے فضل سے وہ ان ہی تیوں ادویہ سے ٹھیک ہوتے ہیں۔ سائکوسس میازم اکثر صرف تھوجا سے ختم کیا ہے۔ سوزاک ہمیشہ میڈورینم سے ختم کیا ہے۔ کینسر کو کارسی نوسینم سے ختم کیا ہے۔ ٹی بی کو ہیپر سلف، ٹیوبر کولینم کوچ، اور رسٹاکس سے ختم کیا ہے۔ نیٹرم میور تقریباہر کیس میں استعمال کی ہے۔

ایک گولڈن جملہ یاد رکھنا کہ "میازم کو ختم میازمیٹک ادویہ سے کیا جائے گا، مزاجی خرابیوں کو مریض کی مزاجی دواء سے ٹھیک کیا جائے گا، اور روزمرہ کی عام تکلیفات کے لئے ایکیوٹ ادویہ دی جائیں گی، اگر غم کی ہسٹری موجود ہے تو نیٹرم میور کا استعمال شرط شفاء ہے"۔ اس جملہ پر جتنا غور فکر کریں گے، اتنا ہی آپ کے لئے فائدہ ہوگا۔ یہ میری ذاتی تحقیق ہے۔ میں ان شاء اللہ، اس کی وضاحت پر میازم جتنا بڑا مضمون لکھوں گا، اللہ تعالی مدد فرمائے، سب اسی کے کرم سے ہے۔

ایک اہم بات یہ بھی ہے کہ مزاجی دواء شروع کرنے سے قبل میازم کو معلوم کر کے ان کے مطابق میازمیٹک ادویہ کا استعمال کیا جائے گا، اس لئے کہ میازم مزاجی دواء کے اثر میں رکاوٹ ہوتا ہے اور رکاوٹ کو پہلے دور کیا جاتا ہے۔

آتشک، سائیکوسس، سوراء، ٹی بی اور سوزاک، جسم کے اندر رہتے ہیں اور اس وقت تک گہرے پھیلتے ہیں، جب تک کہ وہ مریض کی آخری بیماری کا سبب نہ بن جائیں۔ یہ جسم کو مسلسل کمزور کرتے جاتے ہیں اور قوت مدافعہ کو کم کرتے جاتے ہیں۔ سب سے زیادہ اس وقت سر اٹھاتے ہیں جب ہمارا جسم کسی وجہ سے کمزور پڑتا ہے یا دباؤ میں آتا ہے۔ یعنی جب مناسب حالات در پیش ہوتے ہیں تب میازم اپنی طبعی علامات کے ساتھ سر اٹھاتے ہیں۔ جیساکہ ایک لڑکی جس کا مرد اس کی خواہش جماع پوری کرنے کی طاقت نہیں رکھتا اور یہ مسلسل اس کے ساتھ وفاء کرتی جارہی ہے اور اپنے فطرتی جذب اور احساس کو اپنے اندر دبا رہی ہے، اس طرح اس میں سائیکوسس میازم پیدا ہوجاتا ہے یا جو والدین کی طرف سے منتقل ہوا تھا وہ سر اوٹھاتا ہے، اس کے بعد رحم میں سختی، جسم میں خشکی، معدہ میں گیس، چہرے پر غیر ضروری بال، اور جسم پر مسے بننے لگتے ہیں، حتیٰ کہ بواسیر بھی ہوجایا کرتی ہے۔ میں نے یہ حالت بہت سی لڑکیوں میں دیکھی ہے۔ پھر جب ان کا شوہر صحت یاب ہوجاتا ہے اور حق جماع پورا کرنے لگتا ہے، لڑکی کو تھوجا 200 دی جاتی ہے۔ ہر دس دن بعد ایک ڈوز، ٹوٹل 10 ڈوزیں تو چہرے کے بال اور بقیہ تمام علامات و تکلیفات ختم ہوجاتی ہیں۔

کھانے پینے کی مسلسل بدپرہیزیوں، اور مسلسل بیٹھ کر کام کرتے رہنے یا بہت زیادہ مشت زنی کرکے جسم کی طاقت کو ختم کردینے یا کسی دوسرے انسان کو بہت زیادہ خون دینے سے، یا مسلسل دباؤ اور ٹینشن میں رہنے سے نظام انہضام کمزور ہوجاتا ہے، اس کے بعد کھانا جلد ہضم نہ ہونے کی وجہ سے پیٹ بڑھنے لگتا ہے، ڈکار اور منہ سے بدبو آنے لگتی ہے، معدہ میں سیاہ رنگ کا بدبودار پتلا خمیر بن جاتا ہے، صبح کے وقت اور کھانے کے بعد سینہ میں تیزابیت ہونے لگتی ہے، پیٹ سخت ہونے لگتا ہے، بھوک اور پیاس کم ہونے لگتی ہے، خصوصا صبح کے وقت جلد بھوک نہیں لگتی ہے، پیٹ اور جسم بڑھنے لگتا ہے، حتیٰ کہ ہائی بی پی، یورک ایسڈ، فیٹی لیور پیلاپر قان، کولسٹرول، شوگر، السر معدہ، وغیرہ پیدا ہوتی ہیں۔ آخر میں کینسر تک پیدا ہوجاتا ہے۔ اس طرح آپ کا مزاج اور طبّی تحریک کچھ بھی ہو، آپ کے جسم پر سوراء میازم قبضہ کرلیتا ہے۔ ایک طویل مدت اور بہت زیادہ حالات کی خرابی کے بعد سوراء میازم سائیکوسس میازم پیدا کردیتا ہے۔ نظام انہضام کی خرابی سے پیدا ہونے والی امراض ہمارے معاشرے میں عام ہیں، اور یہ سب سوراء میازم کی انسانی جسم میں نمو اور اظہار ہے۔ اصل میں سوراء میازم شروع میں صرف ذہنی علامات پیدا کرتا ہے، پھر جذباتی علامات پھر جسمانی طبعی علامات پیدا کرتا ہے۔ اسی طرح تمام میازم پہلے صرف ذہنی علامات اور اخلاقی خرابیاں پیدا کرتے ہیں، پھر طبعی پھر، جلدی اور آخر میں مختلف قسم کی بڑی امراض (بیماریاں) پیدا کرتے ہیں، ان سب سے قبل میازم جسم کی گہرائی میں بالکل خاموش بیٹھے ہوتے ہیں اور آہستہ آہستہ علامات و تکلیفات ظاہر کرتے ہیں، پورے جسم پر تسلط جماتے ہیں، آخر پر بڑی امراض پھر سب سے آخر میں کینسر پیدا کرتے ہیں۔ دنیا میں بہت سے لوگوں میں کینسر میازم پیدائشی طور پر فیملی سے منتقل ہوتا ہے، کچھ لوگوں کا مزاج ہی کینسر والا ہوتا ہے (کارسینوسینم مزاج لوگ) اور کچھ لوگوں میں جب میازم بڑی امراض پیدا کردیتے ہیں، اس کے بعد وہ بڑی امراض اپنے نقطہ عروج پر پہنچ کر کینسر پیدا کردیتی ہیں، بعض اوقات شدید ترین ڈپریشن اور ذہنی دباؤ ہی کینسر پیدا کردیتا ہے۔ مجھے امید ہے کہ میرے اس بیان سے آپ کو میازم کی ابتداء اور ان کی انتہائی کا کچھ علم ہوگیا ہوگا۔ اب ہم مزید آگے بڑھتے ہیں۔

جب آپ میازم کا علاج اس کو صرف جسم میں دبانے کے ساتھ کرتے ہیں جیساکہ حکماء اور ڈاکٹر کرتے ہیں، تو وہ جسم کی گہرائی میں چھپ جاتا ہے۔ جب چھپ جاتا ہے، تو پہلے سے زیادہ تیز ہوجاتا ہے، اس لئے آپ نے دیکھا ہوگا کہ جب آپ کسی حکیم یا ایلوپیتھک ڈاکٹر سے کسی بیماری کا علاج کرواتے ہیں، تو دوسری بیماری شروع ہوجاتی ہے۔ مگر ہومیوپیتھک ادویہ میازم کو علامات و تکلیفات کے ساتھ جڑ سے ختم کرنے کا کام کرتی ہے۔ جب آپ کسی تکلیف کے لئے ہومیوپیتھک دواء مسلسل استعمال کرتے ہیں تو ایک وقت آتا ہے کہ وہ بیماری جڑ سے ختم ہوجاتی ہے اور کوئی دوسری بیماری پیدا نہیں ہوتی ہے۔ ہاں یہ ضرور ہوتا ہے کہ جب کوئی قابل ہومیو ڈاکٹر کسی مریض کے ایک میازم کو ختم کرلیتا ہے تو جسم میں موجود اس میازم سے پہلے کا میازم ظاہر ہوجاتا ہے۔ اس طرح پرانی امراض و تکلیفات ظاہر ہوتی ہیں مگر کوئی نئی تکلیف شروع نہیں ہوتی ہے۔ نئی تکلیفات شروع ہونے اور پرانی تکلیفات کے ظاہر ہونے میں فرق ہے۔

ایک اہم بات میں پھر سے کرتا ہوں کہ: سائیکوسس میازم سوراء میازم کی وجہ سے پیدا ہوتا ہے اور سائیکوسس میازم جینز کے ذریعہ والدین سے بھی منتقل ہوتا ہے، نیز حالات کی خرابی اور جذبات کو اپنے اندر دبانے سے بھی سائیکوسس میازم جسم میں پیدا ہوکر سطح بدن پر غلبہ شہوت، مسے اور غیر ضروری بال پیدا کرتا ہے۔ آپ نے جانا کہ سائیکوسس میازم کے جسم میں موجودگی اور پیدائش کے بہت سے ذرائع موجود ہیں۔ اس لئے یہ سوچنا کہ سائیکوسس میازم صرف سوراء میازم کی پیدائش ہے، ایک غلط فہمی ہے۔ نیز جب جسم میں سوراء کے بعد سائکوسس میازم پیدا ہوجائے تو پہلے دونوں کا علاج کرنا ضروری ہے، صرف سوراء کا علاج کرنا کافی نہیں ہوگا۔ جسم میں کوئی سا بھی میازم آگیا تو اس کیا اس کی دواء سے علاج ضروری ہے۔

والدین سے میازم انفیکشن اپنی طبعی ظاہری علامات کے ساتھ نہیں بلکہ بنیادی دماغی علامات کے ساتھ جسم کی گہرائی میں منتقل ہوتا ہے۔ اگر والدین میں میازم نے بہت زیادہ طبعی جسمانی بیماریاں پیدا کردی ہیں، تو میازم اپنی ابتدائی بنیادی دماغی علامات لے کر ہی بچہ میں داخل ہوگا۔ اس کا مطلب یہ نہیں ہے کہ جو لوگ سوراء میازم لے کر پیدا ہوئے وہ تمام لوگ خارش یا داد کے ابتدائی انفیکشن کے ساتھ پیدا ہوئے ہیں بلکہ یہ کہ ان میں سے زیادہ تر کو پیدائش کے وقت یا اس کے بعد Psora پہلے ہی اپنے آباؤاجداد سے وراثت میں ملا ہے، جو کہ وراثت کے تصور کے بارے میں ان کی سمجھ کو ظاہر کرتا ہے۔ سوراء خارش کی صورت میں نہیں بلکہ منفی سوچ کی صورت میں منتقل ہوتا ہے، سائیکوسس نفاق کی صورت میں، اور سوزاک بدکاری کی خواہش کی صورت میں منتقل ہوتا ہے۔ (ہنیمن)

شفایابی کے عمل کے دوران علامات جسم کے اوپری حصوں سے نیچے کی طرف منتقل ہوتی ہیں۔ نیز اندر سے باہر کی طرف علامات منتقل ہوتی ہے۔ مرکزی عضو سے معمولی عضو کی طرف منتقل ہوتی ہیں۔ (ہیرنگ)

خلاصہ

تمام پرانی امراض (chronic disease) کے پیچھے میازم ضرور ہوتے ہیں۔ یہ دائمی بیماریاں صرف باہر کی آلودگی یا غذا کی خراب سے نہیں بلکہ میازم بھی ان کا سبب ہے، اکثر میازم موروثی اور بعض اوقات دوسرے ذرائع سے حاصل شدہ ہوتا ہے۔ میازم ایک شدید انفیکشن ہے جو نسل در نسل منتقل ہوتے ہیں اور دوسرے اسباب سے بھی جسم میں پیدا ہو جاتے ہیں، دباؤ ان سب میازمیٹک انفیکشن اور دائمی بیماریوں کو بڑھتا ہے۔

ہنیمن کے نزدیک پانچ میازم ہیں (سوراء، سائیکوسس، سفلس، ٹیوبر، کینسر) اور وہ متعدی ہیں، وہ موروثی ہیں۔ وہ پرانی امراض کی پیدائش کی وجہ ہے۔ اس سے معلوم ہوا کی صر تین میازم نہیں ہیں۔

سوراء نے تمام انسانوں کو متاثر کیا ہے۔ یہ ہاضمہ کی کمی سے طبعی جسم پر ظاہر ہو کر معدہ میں خمیر بناتا ہے۔ یہ تمام دائمی بیماریوں کے ساتھ موجود ہوتا ہے۔

میازم انفیکشن کی پہلی علامات دماغ پر، پھر جسم پر، ظاہر ہو کر وائٹل فورس کو کمزور سے کمزور تر کرتی ہے، حتیٰ کہ جسم کو 20 سال کے اندر بالکل ختم کر دیتی ہیں۔ تب جسم بے شمار امراض کا گھر بن جاتا ہے اور ادویہ اثر کرنا چھوڑ دیتی ہیں، حتیٰ کہ دنیا کی کوئی بھی غذا موافق نہیں آتی ہے۔ سوراء میں منفی سوچ، صفرائی خمیر اور جسم کی ایسی خارش آتی ہے، جو گرمی سے بڑھتی اور ٹھنڈی غذاؤں سے کم ہوتی ہے، جلد انتہائی سرخ ہوتی ہے۔ سفلس میں عضو خاص پر گھر نڈ دانے بنتے ہیں اور منہ میں بہت زیادہ تھوک بنتی ہے۔ سائیکوسس میں نفاق، جسم میں بے حد خشکی اور سختی، اور منہ پر سیاہ مسے بنتے ہیں۔ میرے خیال یہ ہے کہ بواسیر بھی صرف سائیکوسس کا نتیجہ ہے۔ ان تینوں کو دبانا ٹھیک نہیں۔ ٹیوبر سے تو بے شمار امراض پیدا ہوتی ہیں۔ سوزاک بھی بہت سی تکلیفات کا سبب بنتا ہے۔

مریض کی علامات و تکلیفات جسم پر تہہ بہ تہہ مرضیاتی کیفیات کے طاری ہونے کی وجہ سے زندگی کے ہر دور میں مختلف ہوتی ہے۔ اکثر اوقات ایک ایک کرانک مریض میں ے، ے، مرضیاتی کیفیات بھی دیکھی گئی ہے، ان کی تعداد 10 تک بھی دیکھی گئی ہے۔ جیسا کہ پیدائش طور پر ماں کا سائیکوسس میازم اور باپ کا سفلس میازم ہونا پھر فیملی کی ٹی بی ہونا، پھر سردی لگنے سے رسٹاکس مرضیاتی کیفیت کا جسم پر طاری ہونا، پھر حالات کی خرابی سے نیٹرم میور مرضیاتی کیفیت کا طاری ہونا پھر آپریشن سے آرنیکا مرضیاتی کیفیت کا طاری ہونا، کمر میں ایلوپیتھک انجیکشن لگنے سے ہائی پیریکم ورد کا مسلسل رہنا۔ اس طرح مسلسل میازم اور مرضیاتی کیفیات جسم میں جمع ہوتے ہوتے بڑی بیماریاں پیدا ہو جاتی ہیں اور مزاج بھی خراب ہونے لگتا ہے، جس سے مزاجی تکلیفات شروع ہو جاتی ہیں، آخر میں کینسر یا مریض لاعلاج ہو جاتا ہے یا موت واقع ہوتی ہے۔

دائمی بیماریوں کا علاج کرنے کے لئے مریض کی زندگی کی تمام مرضیاتی کیفیات اور اوقات کے بارے جان کر جسم کی گہرائی تک رسائی ضروری ہے۔ علامات و ہسٹری کے ذریعہ سے اس کے اندر موجود میازم کو جانیں، اس کے جسم پر طاری مرضیاتی کیفیات اور ان کی مدت و سبب کو جانیں، مریض کے مزاج کا تعین کریں، اس کی غذا اور لائیف سٹائل کو جانیں پھر ان سب کا علاج کریں۔ کوئی بیماری میازم کی وجہ سے آتی ہے، کوئی بیماری مرضیاتی کیفیت کے طاری ہونے سے آتی ہے اور کوئی بیماری مزاج کی خرابی سے آتی ہے۔ ہومیوپیتھک معالج کو احتیاط سے کیس ہسٹری (بالترتیب امراض ان کی مدت اور اسباب، جسم کے ہر عضو کے بارے میں مٹیریا میڈیکا کی زبان میں سوالات وجوابات) جمع کر کے ایک ایسا علاج منتخب کرنا ہوگا، جس میں میازم کی ادویہ، مرضیات کیفیات کی ادویہ، مزاجی دواء اور بہترین غذائی جدول (شیڈول) ہوگا۔ یہ بات خوب یاد رکھنا کہ اگر مریض بہت زیادہ بیماریوں کا گھر ہے تو اس کی لئے صرف ایک دواء کا انتخاب نہیں ہوگا۔ ایک دواء ہر بیماری کا علاج کبھی نہیں ہو سکتی۔

یہ بات بالکل غلط ہے کہ ہر بیماری معدہ کی خرابی یا بکٹیریا سے پیدا ہوتی ہے۔ بیماریوں کی پیدائش کی مختلف اسباب ہیں۔

بہت سی امراض ایک دوسرے کے ساتھ ربط رکھتی ہیں۔ اگرچہ ہر بیماری دوسری بیماری کے ساتھ ربط نہیں رکھتی۔

میازم کتنے ہیں؟

ہنیمن نے تین بنیادی میازم کی نشاندہی کی تھی۔ وہ سوراء، سفلس اور سائیکوسس ہیں۔ بعد اس نے دو اور میازم کا اضافہ کیا وہ ٹی بی اور کینسر ہیں۔ اس طرح کل ہنیمن کے میازم 5 ہوئے۔ مگر کچھ دوسرے ہومیو ڈاکٹر اور میں نے ان پانچ کے ساتھ کچھ اور بھی میازم کا اضافہ کیا ہے۔ جیسا کہ سوزاک، غم، ٹائیفائیڈ بخار، وغیرہ۔ ان سب میازم کی مخصوص نفسیات، جسمانی اور جلدی علامات بھی بیان کی تھیں۔

انسانی جسم میں میازم کہاں سے آتے ہیں؟

آپ کا مزاج کچھ بھی ہو اور طبّی تحریک کوئی سی بھی ہو،آپ میں ہومیوپیتھک کے بیان کردہ میازم میں سے کوئی بھی میازم موروثی طور پر موجود ہو سکتا ہے،اس طرح کہ والدین یا نانا نانی دادادادی کی طرف سے جینیاتی طور پر آپ کے جسم میں منتقل ہو،غلط عادات کی وجہ سے، زنا سے، ایلوپیتھک ادویہ زیادہ استعمال کرنے سے، ماحولیاتی آلودگی کی وجہ سے، ناقص پانی سے، وبائی طور پر، حفاظتی ٹیکوں سے، جماع سے اور بعد میں کسی حادثہ کی وجہ سے کوئی اور پیدا ہو سکتا ہے۔

تاہم، میازمز زیادہ تر وراثت میں ملتے ہیں۔ ہمارے خاندانی درخت سے، [ہزاروں سال] سے وراثت میں میازمز ملنے کے امکانات اس سے کہیں زیادہ ہیں، جو ہم اپنی زندگی میں باہر سے حاصل کر سکتے ہیں۔ موروثی میازمز فعال یا غیر فعال ہو سکتے ہیں، مگر جیسے جیسے ہماری عمر بڑھتی ہے اور جسم میں کسی وجہ سے کمزوری آتی ہے، تو میازم اور ان کی وجہ سے پیدا شدہ تکلیفات بڑھنے لگتی ہیں، وہ جسم میں فیزیکل علامات و تکلیفات پیدا کرنے لگتے ہیں۔ایک فعال میازم دراصل ایک موجودہ علامتی تصویر یا اظہار ہے۔

میازمیٹک ادویہ کے استعمال پر غور کرنے کا بہترین وقت وہ ہے جب مریض میں اس کی علامات موجود ہوں۔ایک غیر فعال میازم جسم کے اندر گہرائی میں چھپا ہوا ہے، جو اس کی ممکنہ علامات میں سے کسی کا اظہار نہیں کرتا ہے۔

جسم کے اندر جو مختلف تہوں میں میازمز موجود ہیں، ان کو ختم کرنا بیماری کو درست کرنے اور صحت کی تعمیر ضروری ہے۔ یہ پیاز کی تہوں کو چھیلنے کے مترادف ہے۔ باقاعدگی سے ہومیوپیتھک فارمولے اور میازمیٹک ادویہ جسم کی صحت کو مضبوط اور بحال کرنے کے لیے کام کرتے ہیں ان علامتی تاثرات کے مطابق جو جسم بات کر رہا ہے۔ جب ان حالات کے دوبارہ ہونے یا غیر جوابی ہونے کا رجحان ہوتا ہے، تو حالت کو مکمل طور پر درست کرنے کے لیے ایک گہرے کام کرنے والے علاج کی ضرورت ہو سکتی ہے۔ جیسا کہ ہم بیماری کی تہوں کو ختم کرتے رہتے ہیں، جو ہمارے عام صحت مند تاثرات کو متاثر کرتی ہیں، ہم اکثر راستے میں مختلف قسم کی خرابیاں اور رکاوٹیں دریافت کرتے ہیں۔

میازم کو ختم کرنا ہماری صحت کی بحالی اور ہمارے سیارے سے بیماری کے خاتمے دونوں کے لیے ضروری ہے۔Miasms ہمارے خاندانی درخت میں ہزاروں سالوں کی گہرائی سے ہمارے اندرونی وجود میں ضم (ملے ہوئے) ہوتے ہیں۔ یہ میازم جین کے ذریعہ سے منتقل ہوتے ہیں۔ اگرچہ ہومیوپیتھی سے ان کو درست کرنا مشکل نہیں ہے، لیکن وہ ہمیشہ ایک ہی جھٹکے میں ختم نہیں ہوتے۔ بیماری کے نمونے ہماری زندگی کی تمام تہوں میں اور اس میں پھنسے ہوئے ہیں۔ یہ پرتیں واضح اور لیز کی طرح ہیں۔

میں سب سے قبل ٹیوبر میام کو ختم کرتا ہو، اس کے بعد سوراء، اس کے بعد سائیکوسس، اس کے بعد بقیہ رکاوٹیں دور کرنے کے بعد آخر میں سفلس پھر مزاجی دواء دیتا ہوں۔

ویکسی نیشن: پولیوں کے قطرے: تمام پاکستانوں کو بچپن میں ایک سائیکوسس زہر کو انسانی جسم میں پیدا کرنے والی ادویہ دی گئی ہیں۔اس وجہ سے 30 سال کی عمر تک اس کی اثرات بدظاہر ہو جاتے ہیں۔ جو زندگی تباہ کر دیتے ہیں۔اس لئے تمام پاکستانیوں کو تھوجا دواء دینا لازمی ہے۔اس سے یہ سائیکوسس زہر جسموں سے ختم ہوگا۔ یہ ہومیو ڈاکٹر کی ذمہ داری ہے۔اپنے بچوں کو ویکسی نیشن سے بچائیں۔ وہ لمبی زندگی تک زندہ رہ سکیں گے۔ معدہ کی امراض، فیٹی لیور، ماسٹر بیشن، لو بی پی، ڈپریشن، تھکاوٹ، بے اولاد، چہرے پر مسوں، بواسیر، غلبہ شہوت، ہوائی قلعے بنانے، سے بچے رہیں گے۔

میازم کس کی دریافت ہے؟

میازم ہومیوپیتھک کے بانی ہنیمن کی دریافت ہے، اور بعد میں آنے والے تمام ہومیوپیتھک لیڈرز نے میازم کے وجود کو تسلیم کیا ہے۔ بکٹیریا کی تھیوری سے قبل ہنیمن نے میازم کی تھیوری پیش کی تھی۔

الحمدللہ، سائنسی تجرباتی اور مشاہداتی طور پر میں نے بھی بے شمار مریضوں میں میازم کا مشاہدہ کر لیا ہے۔ان شاء اللہ، اگر آپ بھی انتھک محنت کرتے ہیں، تو آپ بھی اس کا مشاہدہ نسل در نسل کریں گے۔

ہنیمن کو 13 سال پریکٹس کرنے کے بعد میازم کا علم ہوا تھا، مجھے بھی 10 سال محنت کرنے سے میازم کے بارے میں مکمل تفصیل علم حاصل ہوا ہے۔

یہ مضمون جو آپ کے سامنے ہے، یہ ایک دن کی محنت نہیں بلکہ بہت سالوں کی محنت کا خلاصہ ہے۔ یہ صرف میری نہیں تمام ہومیوپیتھک لیڈرز کی محنت کا نتیجہ ہے۔

میازم کی تھیوری کی اتنے قوی شواہد موجود ہیں کہ قیامت تک کوئی بھی اس کو چیلنج نہیں کر سکے گا۔

میازم ہومیوپیتھک میں Revolution ہے۔

میں نے اس پر جو لکھا، وہ سب اللہ تعالی کی روحانی مدد ہے۔اس دنیا میں جتنے بھی بڑے کام ہوئے ہیں، اس کے پیچھے اللہ تعالی کی روحانی مدد شامل ہے۔ مگر اللہ تعالی کالاکھ لاکھ شکر ہے کہ میازم کو جس طرح میں نے سمجھایا ہے، اس طرح آج سے قبل دو صدیوں کے ہومیوپیتھک لیڈر میں سے کسی نے نہیں سمجھایا۔الحمد للہ، یہ میازم ہومیوپیتھک دنیا پر میرا احسان ہے۔

ہنیمن نے میازم کو دریافت کیا اور میں نے سمجھا دیا ہے۔الحمد للہ۔

کیاانسان جسم سے میازم بالکل ختم ہو سکتا ہے؟

جی ہاں۔میازم ایک اضافی انفیکشن ہے، یہ جسم کے لئے ضروری نہیں ہے، اس کاانسانی جسم کی گروتھ کے ساتھ یا جسمانی اعضاء کے ساتھ تعلق نہیں ہے، اور اضافہ انفیکشن ختم ہو سکتا ہے، اس لئے مریض کے میازم ختم ہو سکتے ہیں۔

ہومیوپیتھک ادویہ اور بہترین غذاؤں کی مدد سے انسانی جسم میں تمام میازم کو ختم کرنا ممکن ہے اور ایسا ہوا بھی ہے۔سب سے زیادہ غذا کے ذریعہ سے جسم کی طاقت کو بحال کرنا اور نظام انہضام کو درست رکھنا ضروری ہوتا ہے۔

اصل اور حقیقی قدرتی صحت تمام میازم کے خاتمہ کے بعد ہی حاصل ہوتی ہے۔ہومیوپیتھک میں میازم کو جڑ سے بالکل ختم کرکے ایک مکمل صحت مند زندگی دینے والی ادویہ موجود ہیں جیساکہ : تھوجا، میڈورینم، سلفر، مرک سال، ٹیوبر کولینم، کارسینوسنم وغیرہ۔

ایلوپیتھک میں بکٹیریا کو ختم کرنے کی حد تک علاج موجود ہیں، وہ زیادہ گہرا اور دیر پا نہیں ہے مگر جڑ سے ختم کرنے والی کوئی بھی دواء موجود نہیں ہے۔ہومیوپیتھ گہرا اور دیر پا علاج ہے۔اس لئے ہومیوپیتھک اس دنیا کا سب سے کامل، بہترین اور مفید طریقہ علاج ہے۔

میازم کی غلط وضاحت؟

حکیم صابر ملتانی نے جو کہا ہے کہ میازم تین انسانی زہر ہیں۔اس کا یہ کہنا بالکل ٹھیک نہیں بلکہ یہ ایک ناقص بات ہے، اس بات سے وہ ہومیوپیتھی کو بھی محدود کرنا چاہتا تھا۔اس لئے کہ میازم کی ابتداء سوچ سے ہوتی ہے پھر جسم میں مختلف خرابیاں پیدا ہونے کے بعد زہر بنتا ہے پھر جلدی امراض پیدا کرتا ہے۔اس سے آپ کو معلوم ہوا کی زہر پیدا ہونے سے قبل ہی میازم جسم کی گہرائی اور دماغی طور پر موجود تھا۔اس لئے میازم کو صرف جسمانی زہر تک محدود کرنا غلط ہے۔

دوسری یہ بات یاد رکھیں کہ حکیم صابر ملتانی کا نظریہ مفرد الاعضاء چھوٹا سا، بنیادی محدود اور ناقص نظریہ ہے، اگرچہ وہ بالکل غلط نہ بھی ہو، اور ہومیوپیتھک مکمل تفصیلی گہرا اور مکمل نظریہ ہے، یہ بالکل صحیح ہے، اس میں کوئی غلطی نہیں ہے۔ گولڈن جملہ : دنیا کا سب سے وسیع طبّی نظریہ صرف اور صرف ہومیوپیتھک ہے، اس میں ادویہ کی تعداد اور امراض کی تفصیل بقیہ معالجاتی طریقوں سے زیادہ ہے، اس میں کیس ٹیکنگ بھی سب سے زیادہ ہے۔

ایک خاص بات یہ بھی یاد رکھیں کہ نبض سے وقتی طور پر موجود میازم کا بنیادی علم ہو سکتا ہے، تمام میازم کا علم نہیں حاصل ہو سکتا، نہ ہی تمام مرضیاتی کیفیات کا علم حاصل ہو سکتا ہے، نہ ہی انسان کا ہومیوپیتھی مزاج معلوم ہو سکتا ہے۔ یہ بات کہ جسم میں کل کتنے میازم ہیں اور کس حد تک جسم کو خراب کر رہے ہیں، یہ صرف مریض کی بیان کردہ علامات و تکلیفات سے ہی حاصل ہو سکتا ہے۔

یہ بات بھی یاد رکھیں کہ میازم کو ختم کرنے کے لئے سب سے مؤثر طریقہ ہومیوپیتھک ادویہ ہیں، اور غذائیں معاونت کر سکتی ہیں، مگر غذائیں ان کو مکمل طور پر ختم کرنے کی صلاحیت نہیں رکھتی ہیں، نہ ہی حکمت کی تیز سے تیز دواء اور نہ ہی ایلوپیتھک انٹی بائیوٹک ادویہ میازم کو ختم کر سکتی ہے۔ اس لئے ہومیوپیتھک طریقہ اپنائیں اور صرف نظریہ مفرد الاعضاء پر نہ بیٹھے رہیں۔

ایک انسان میں تمام میازم ختم کرکے اس کو مکمل صاف صحت دی جا سکتی ہے اور تمام میازم ختم بھی ہو جاتے ہیں۔ ہاں انسان کا پیدائشی مزاج ختم نہیں ہوتا، مگر اس مزاج کی خرابیاں جن کا تعلق کسی میازم کے ساتھ نہ ہو، ان کو مزاجی دواء سے ختم کر سکتے ہیں۔انسان کا پیدائشی مزاج بدل سکتے ہیں۔

سوراء میازم کسے کہتے ہیں؟

سوراء کو سب سے بنیادی میازم ہے،اور یہ بہت سی دائمی بیماریوں کی جڑ ہے۔

اس کا تعلق منفی سوچ، قبض جس میں معدہ گردے پیشاب اور پاخانہ بند بند محسوس ہوں حتی دونوں گردے درد کرنے لگتے ہیں، جسم میں صفراء کی حد سے زیادہ زیادتی کے بعد تعفن، زہر اور جلد پر خارش ، معدہ کے خمیر (صفراء کا متعفن ہو کر زہریلہ مادہ بن جانا)، بھوک اور پیاس کی کمی، بے چینی اور لاپرواہی کے ساتھ ہے۔اس سے جسم کمزور پڑتا ہے۔ سوراء سے موٹاپہ بھی لازمی آتا ہے جس سے جسم پھول جاتا ہے اور پہلے سے زیادہ کمزور ہو جاتا ہے، یہ موٹاپا سب سے قبل پیٹ پر پھر کمر کی دونوں اطراف پر پھر پیٹ کے نزدیک اعضاء پر ہوتا ہے۔

سوراء انفیکشن والدین کی طرف سے منتقل ہوتا ہے، بہت زیادہ گرم اشیاء کھانے سے پیدا ہوتا ہے، ماحولیاتی زہریلے مادے سے ، ڈپریشن سے، اور بہت زیادہ ایلوپیتھک گرم ادویہ کھانے سے پیدا ہوتا ہے، جذباتی عوامل سے بڑھتا ہے، جیسے خوف، اضطراب، اور دبے ہوئے غصے سے ، منفی سوچ اور لاپرواہی سے بھی پیدا ہوتا ہے۔

سوراء میازم کی موجودگی کی وجہ سے نہ غذا اثر کرتی ہے اور نہ ہی دواء اپنا مکمل کام کرتی ہے۔

عموما سوراء میازم کو ختم کرنے کے لئے سلفر دی جاتی ہے،اس کے ساتھ معاونت کے طور پر کبھی میڈورینم، کلکیریا کارب، گریفا ئٹس چیلڈونیم، سورائنم وغیرہ بھی دی جاتی ہیں۔ کھانے میں سے ہر قسم کی گرم اشیاء، گوشت، اور زیادہ پروٹین والی غذائیں بند کر کے اعصابی تری والی غذائیں شامل کی جاتی ہے۔

سوراء کا تعلق جگر اور غدود کے ساتھ ہے۔اس میازم کا طبّی مزاج غدی عضلاتی صفراوی گرم خشک ہے۔ طبعی طور ہر سوراء میازم کا مزاج گرمی والا ہے۔

قبض کو ام الامراض (بیماریاں پیدا کرنی والی ماں) کہا جاتا ہے اور سوراء میازم سے شدید قبض بھی ہوتی ہے۔اس لئے سوراء بھی ام الامراض ہے۔ بقیہ میازم بھی ام الامراض ہیں۔اس لئے کہ تمام میازم بہت سی بیماریوں کی پیدائش کی وجہ بنتے ہیں۔ جو سبب بہت سی بیماریوں کی وجہ بنے وہ ام الامراض ہوتا ہے۔

وہ تمام لوگ جن میں سوراء میازم اپنے عروج پر ہوتا ہے ان کے دونوں گردوں میں جلن دار درد ہونے لگتا ہے اور روزہ رکھنے سے سوراء میازم بڑھتا ہے، جس سے روزہ رکھنا مشکل ہو جاتا ہے۔ حتی کہ کھانا کھانے سے معدہ میں درد ہوتی ہے اور پیٹ بھرا بھرا سخت محسوس ہوتا ہے۔اس میں ہوتا یہ ہے کہ جب روزہ میں دن 2 بجے کے بعد بھوک زیادہ لگتی ہے تو معدہ کا صفرائی خمیرہ میں معدہ کے خالی پن کی وجہ سے بہت تحریک آجاتی ہے۔اس طرح کے لوگوں کے روزہ کو آسان بنانے کا طریقہ یہ ہے کہ صبح شام کھانے کے بعد سلفر 30 کا ایک ایک قطرہ زبان پر ٹپکالیں۔

جب آپ کسی کا پیٹ بڑھا ہوا دیکھیں، سینہ میں صبح کے وقت تیزابیت ، پیٹ کا سخت ہونا، بار بار ڈکار لینا یا ریاح کا اخراج، بھوک پیاس کی کمی یا صبح کو دیر سے بھوک لگنا، معدہ میں آگ جیسی جلن ، مرچ مصالہ اور گرم غذاؤں سے نفرت، غذا کا جلد آسانی سے ہضم نہ ہونا، شدید قبض یا پاخانہ کے بعد جلن، ہاتھ اور پاؤں میں آگ جیسی جلن، ایسی خارش جس کو ٹھنڈک سے سکون اور شکنجوی سے سکون ہو تو جان لینا کہ اس مریض میں سوراء میازم موجود ہے۔ مریض کا ہومیو مزاج اور طبّی تحریک کچھ بھی ہو سکتی ہے۔

علاج کے لئے سلفر 30 رات سونے سے قبل 5 قطرے نصف کپ پانی میں ایک ماہ تک دیں پھر سلفر 200 کی ہر 10 دن بعد ایک ڈوز (ایک قطرہ) نصف کپ پانی میں ڈال کر دیں۔ سلفر 200 کی 14 ڈوزیں مکمل کرنی ہیں۔آخر میں سلفر 1M کی صرف ایک ڈوز دیں۔ ہاں اگر مریض میں سوراء میازم موجود ہونے کے ساتھ ساتھ اس کا اپنا مزاج بھی سوراء میازم ہے تو اس کی اس کی مزاجی دواء دینا بھی ضروری ہوگا۔ جیساکہ ایک مریض کی علامات سے موجود ہو کہ اس میں میازم انفکشن موجود ہے اور بعد میں علامات سے یہ بھی معلوم ہوا کہ اس کا پیدائی مزاج بھی کلکیریا کارب یا میڈورینم ہے تو اس کو سلفر کے ساتھ کلکیریا کارب یا میڈورینم دینا بھی ضروری ہے۔ نیز سلفر کے ساتھ بہترین پرہیز اور غذائی شیڈول بھی ضروری ہے، جو میری بک صابری مٹیریا میڈیکا کے آخری ایڈیشن میں تفصیلی موجود ہے۔

سائیکوسس میازم کسے کہتے ہیں؟

میری ذاتی تحقیق یہ ہے کہ سائیکوسس انفیکشن ''نفاق'' کا نام ہے۔ نفاق کا مطلب ہے کہ آپ اندر سے کچھ اور ہیں اور ظاہر کچھ اور کرتے ہیں۔ اس لئے کہ میں نے سائیکوسس میازم کی سب سے بڑی دواء تھوجا کے مریضوں پر بے حد غور وفکر کیا تو مجھے معلوم ہوا کہ ان میں انفرادی صفت ''نفاق''، وہ بلاوجہ جھوٹ بولنے کے عادی بھی ہوتے ہیں۔ اس وجہ سے تھوجا مزاج کے لوگ اس قدر بند ہوتے ہیں کہ وہ اپنے راز، اپنی بیماری، اپنی خرابیوں کو تمام زندگی کسی بھی انسان کے سامنے بیان ہیں نہیں کرتے ہیں۔ ان کو اس بات کا مسلسل ڈر ہوتا ہے کہ ان کی کسی بری کو دوسرے کو علم نہ ہو جائے۔ اس لئے وہ تنہائی پسند اور خاموشی پسند ہوتے ہیں۔ اپنے جذبات خیالات امراض اور بری عادت کو اپنی اندر ہی اندر رکھنا، کسی پر ظاہر نہ کرنے کا نقصان یہ ہوتا ہے کہ وہ کسی دوسری طرح بیماری بن کر جسم سے ظاہر ہونے لگتے ہیں۔ خاص کر چہرے پر ''بدصورت سیاہ مسے گول باہر نکلے'' پھر بواسیر اور جسم پر غیر ضروری بال پھر انتہائی غلبہ شہوت۔ پہلے درجہ پر نفاق دوسرے درجے پر مسے۔ اس ''نفاق'' کی ابتداء سے مسوں کے انتہاء تک جسم میں اور بھی بہت سی خرابیاں پیدا ہوتی ہیں۔ اس لئے دماغ ابتداء اور جلد انتہاء ہے۔ ان خرابیوں میں سے سب سے زیادہ قابل توجہ خشکی اور قبض ہے۔ جب یہ تمام چیزیں مکمل ہو جاتی ہیں اور سائیکوسس اپنی علامات کے ساتھ جسم کے ہر حصہ میں ظاہر ہوتا ہے تو وہ دن بدن ترقی کرتے کرتے 10,20 سال تک بڑی امراض کو پیدا کر دیتا ہے۔ اس لئے سائیکوسس بھی مثل سوراء ''ام الامراض'' ہے۔ آپ ہر درجہ میں جو علامات و تکلیفات ظاہر ہوتی جا رہی ہیں ان سب کو سائیکوسس کہہ سکتے ہیں۔

پاگل پن، مرگی، ہذیان، دل کی شریانوں کا بند ہونا، حافظہ کا ختم ہو جانا، سونگھنے کی حس کا ختم ہونا، نامردگی، ہارٹ اٹیک، ایسا ہائی بی پی جو کسی بھی دواء سے کنٹرول نہ ہو، نیند ختم ہو جانا، کینسر، ڈپریشن، وغیرہ اور دماغی بڑی بڑا امراض سائیکوسس انفیکشن کی پیداوار ہیں۔ لو بی پی بھی سائیکوسس متعدی انفیکش کی پیداوار ہے۔ لو بی پی کے لئے ہمیشہ آرنیکا دینی چاہئے۔

سائیکوسس کا تعلق سیاہ رنگ کے ابھرے ہوئے مسوں، بواسیر، جریان خون، غلبہ شہوت، جسم پر غیر ضروری بال، اور غیر معمولی سیل کی ترقی کی دیگر اقسام کے ساتھ منسلک ہے۔

یہ مسے اکثر آپ نے لوگوں کی چہروں کی دائیں جانب دیکھے ہوں گے۔ مگر یہ جسم کے کسی بھی حصہ پر ہو سکتے ہیں، اکثر سیاہ رنگ کے اور بعض اوقات صرف گوشت ہی ابھرا ہوتا ہے۔ بعض لوگوں میں صرف سیاہ گول نشان ہی ہوتا ہے۔

سائیکوسس بنیادی طور پر نفاق کو کہتے ہیں۔ نفاق کا مطلب یہ کہ آپ کسی بات کو اپنے اندر چھپا کر رکھیں، کسی سے نہ کریں اور جب پوچھا جائے تو آپ جھوٹ بولیں۔ اسی لئے آپ دیکھیں گے کہ تھوجا مزاج لوگوں میں بلاوجہ جھوٹ بولنے اور مافی ضمیر کے خلاف ظاہر کرنے کی عادت ہوتی ہے۔

سائیکوسس متعدی انفیکشن دماغ کے بعد جسم میں دل اور عضلات پر اثر کرتا ہے، اس میں حد سے زیادہ خشکی پیدا کرتا اور ان کے افعال کو ضرورت سے زیادہ تیز کرتا ہے۔ بعض کیسوں میں یہ تیزی اس حد تک ہوتی ہے کہ اثر ثانی کے طور پر مریض کے دل کی رفتار سست پڑ جاتی ہے اور بی پی لو ہو جاتا ہے۔

سائکوسس نفاق، مسوں، جسم میں حد سے زیادہ خشکی اور دل کے افعال میں ضرورت سے زیادہ تیزی کا نام ہے۔ پہلے درجہ میں نفاق، دوسرے درجہ میں دل اور عضلات کے افعال میں حد سے زیادہ تیزی، تیسرے درجہ میں جسم میں خشکی اور سختی، چوتھے درجہ میں خون کے تعفن کی وجہ سے زہریلا مادہ پانچویں درجہ میں جسم پر مسے اور غیر ضروری بال کی موجودگی، آخری درجہ میں پیدا ہوتی ہیں۔

اسی سائکوسس میازم زہر کے جسم مں موجود ہونے کی وجہ سے مریض جب بھی کھانا کھاتا ہے تو کھانے کے بعد اسے موشن آجاتا ہے۔

اس میازم کو تمام درجارت میں بالکل ختم کرنے کے لئے سب سے زیادہ دنیائے ہومیوپیتھی میں تھوجا دواء کا استعمال ہوتا ہے۔ اس کے بعد نائیٹرک ایسڈ اور لائیکو پوڈیم پھر ٹائیفائیڈ کی ادویہ اور عضلاتی اعصابی ادویہ کا نام آتا ہے۔ میں سب سے زیادہ تھوجا ہی استعمال کرتا ہوں۔ حتی کہ تمام سائیکوسس میازم ادویہ کے ساتھ تھوجا کا استعمال کرتا ہوں۔ سائیکوسس مزاج کی ادویہ کی لسٹ بہت زیادہ ہے، جس کا میں نے صابری مٹیریا میڈیکا میں ذکر کیا ہے۔ ایک ہومیو ڈاکٹر ان مسوں کو ختم کرنے کے لئے تھوجا، نائیٹرک ایسڈ اور لائیکوپیڈیم دواء دیتا ہے۔ اس میازم کو ختم کرنے کے لئے طبّی طور پر بادام روغن، زیتون کا تیل، دیسی گھی، ادرک، اور گرم تر طاقتور غذائیں استعمال کرتا ہوں۔

انتہائی عجیب بات یہ ہے کہ حفاظتی ٹیکے لگوانے سے اکثر بچوں میں سائیکوسس میازم پیدا ہو جاتا ہے، جس سے بچہ مسلسل بیمار یا کمزور یا چڑچڑا رہنے لگ جاتا ہے، کبھی کبھی دودھ اور کھانا پینا بھی چھوڑ دیتا ہے، جو کہ تھوجا سے ختم ہوتا ہے۔ اس لئے اگر آپ کے پاس ایسا بچہ آئے، جو حفاظتی ٹیکے لگوانے کے بعد کبھی صحت مند نہیں ہو، تو اسے تھوجا ضرور دینا، ہمارے بہت سے ہومیو ڈاکٹر ایسا کر کے بہت ہی اچھا نتیجہ حاصل کرتے ہیں، جیسا کہ کاشی رام نے بھی انسائیکلوپیڈیا میں ذکر کیا ہے۔

سائیکوسس کا تعلق دل اور عضلات کے ساتھ ہے۔ اس میازم کا طبّی مزاج عضلاتی اعصابی ہے۔ خشکی اور سختی والا مزاج۔

عورتوں میں حق جماع نہ ملنے یا شادی دیر سے ہونے سے بھی تھوجا میازم انفیکشن پیدا ہو جاتا ہے اور چہرے پر غیر ضروری بال آجاتے ہیں۔ چہرے پر سے غیر ضروری بال کو ختم کرنے میں تھوجا بے حد شہرت رکھتی ہے۔

سفلس میازم کسے کہتے ہیں؟

سفلس کو زیادہ شدید میازم سمجھا جاتا تھا اور اس کا تعلق تباہ کن گھاوں، ٹشوز کے انحطاط، منہ میں خشکی کے باجود بہت پیاس لگنا، ہڈیوں کا کمزور ہونا، بھوک کا کم ہونا، اور پیاس کا زیادہ ہونا، کے ساتھ ہے۔ نیز سامنے کے اوپر والے چار دانتوں کا خراب ہونا بھی سفلس کی وجہ سے ہوتا ہے۔ سفلس کھرنڈ دار دانے جو عضو خاص اور ٹیسٹز پر نکلتے ہیں، ان پر خارش ہوتی ہے، خارش کرنے سے چھلکے اترتے ہیں، خون نکلتا ہے، اس مقام پر پسینہ بہت زیادہ آتا ہے۔ یہ دانے جسم میں سفلس کی موجودگی کی وجہ سے نکلتے ہیں۔

یہ جنسی اعضاء میں منتقل ہوتا ہے اور بیکٹیریا Treponema pallidum پیدا کرتا ہے۔ ٹریپونیما پالیڈم ایک بیماری پیدا کرنے والی جرثومہ ہے، جو جنسی طور پر پھیلا ہوا ہے۔ یہ ایک سپائروکیٹ ہے، جس کا خاکہ لمبا، پتلا اور گھمڑا ہوتا ہے۔ مگر اس بیکٹیریا کی پیدائش سے پہلے انسانی جسم کی گہرائی اور سوچ میں موجود ہوتا ہے بعد میں یہ بیکٹیریا پیدا ہوتا ہے۔

سفلس میازم بھی سوراء کی طرح ایک گہری بیٹھی تباہ کن قوت کی خصوصیت ہے، جو انسانی جسم کو دماغی، جذباتی، جسمانی اور جلدی طور پر متاثر کرتا ہے۔ یہ دائمی اور انحطاطی حالت کی ایک حد سے منسلک ہے، بشمول اعصابی عوارض، خود کار قوت مدافعت کی کمزوری سے پیدا ہونے والی بیماریاں، اور کینسر کی مختلف شکلیں۔

سفلس میازم انفیکشن والدین سے اولاد کی طرف منتقل ہوتا ہے، بہت زیادہ کشتہ پارہ استعمال کرنے سے بھی پیدا ہوتا ہے، جماع سے بھی مرد و عورت میں منتقل ہوتا ہے۔

سفلس مختلف مراحل پر مختلف علامات و تکلیفات پیدا کرتا ہے۔ پہلے مرحلہ دماغی اور اخلاقی ہے، دوسرا مرحلہ بلغم میں تعفن کا ہے، تیسرا مرحلہ جسم پر کھرنڈ دار چھالے جو خارش سے خون بہنے والے زخم بن جاتے ہیں، چوتھے مرحلہ میں بخار، اور ہڈیوں کی امراض کا پیدا ہونا ہے، پانچویں مرحلہ میں بنیادی قوت مدافعہ کا کمزور ہونا ہے۔ انتہائی مرحلہ میں دماغ اعصابی اور دل کی نہایت سنگین مسائل و تکلیفات کا پیدا ہونا ہے۔ قد کا بہت زیادہ بڑا ہونا بھی سفلس میں آتا ہے۔ کبھی بغیر درد کے زخم یا کسی بھی علامت کا جسم پر نہ ہونا بھی کچھ مریضوں میں دیکھا گیا ہے۔ آپ کے جسم میں اتنی بھی سکت کا نہ ہونا کہ وہ اپنی اندرونی بیماری یا کمزور کو ظاہر کرسکے، انتہائی خطرناک ہوتا ہے۔ یہ قوت مدافعہ کی حد درجہ کمزوری کی واضح دلیل ہے۔

سفلس میازم بھی مریض کی علامات کے بالکل بالمثل منتخب شدہ دوسری ادویہ کے اثر میں بھی خلل ڈالتا ہے۔ مگر صرف سفلس کی خدشہ (اندیشہ) کی وجہ سے سفلینم یا مرک سال کا استعمال نہ کریں بلکہ ٹھوس علامات اور والدین کی ہسٹری کی بنیاد پر سفلیٹک میڈیسن مریض کو دیں۔

سفلس انسانی جسم میں موجود تری میں تعفن اور فساد کا نام ہے۔ سفلس میازم کے مریض میں تری بہت زیادہ ہو جاتی ہے اور اس میں تعفن پیدا ہو جاتا ہے۔ آتشک کا تعلق دماغ اور اعصابی کے ساتھ ہے۔ آتشک کا جسم کی تری کے ساتھ ہے۔ سفلس میازم کا طبّی مزاج اعصابی عضلاتی ہے۔ تری والا مزاج۔

اسی میازم کی وجہ سے موسم برسات میں سر پر بہت زیادہ مقدار میں گھرنڈ دار دانے بنتے ہیں، ان پر سے بہت زیادہ گھرنڈ اترتا ہے۔ اسے بار بار اتارنے کو دل کرتا ہے۔

سفلس کو ختم کرنے میں سب سے معروف دواء مرک سال ہے۔ اس دواء نے آتشک کو ختم کرنے میں سب سے شہرت حاصل کی ہے۔ مگر کبھی سفلینم اور سٹافی کی بھی ضرورت پڑتی ہے۔ کچھ ڈاکٹر سفلینم سفلس کو ختم کرنے کے لئے بہت زیادہ استعمال کرتے ہیں۔

ہومیوپیتھک کی بنیادی تین سفلیٹک ادویہ کے ساتھ طبّی نقطہ نظر کے مطابق ایسی غذائیں جو جسم میں خون اور خشکی پیدا کرتی ہیں، وہ بھی آتشک کو کم کرتی ہیں، طبّی اعتبار سے میں نے ان میں سب سے مؤثر "ہریڑ کا مربہ" جو مٹھاس کے بغیر ہو، اخروٹ، اور کوڑہ تنبہ (اندر این) کے بیج کو پایا ہے، اور دو مریضوں میں استعمال کرکے اچھا رزلٹ حاصل کئے ہیں۔ ساتھ مریض کے لئے میٹھی، اعصابی اور خوش ذائقہ چیزیں بند کر دیں۔

فائدہ: سائیکوسس کی زیادہ معرفت حاصل کرنے کے لئے تھوجا دواء، سوراء کی زیادہ معرفت حاصل کرنے کے لئے سلفر دواء، ٹی بی کی زیادہ معرفت کے لئے ٹیوبر کولینم کوچ دواء، کینسر کی زیادہ معرفت حاصل کرنے کے لئے کارسینوسینم دواء، اور سفلس کی معرفت حاصل کرنے کے لئے مرک سال اور سفلینم دواء کا زیادہ سے زیادہ مطالعہ کریں۔

فائدہ: لو بی پی اور خون کی کمی کی علامات کو جاننے کے لئے آرنیکا، ہائی بی پی کی علامات جاننے کے لئے آرس ورسی کولر کا مطالعہ کریں۔

سوراء، سائیکوسس، سفلس، ٹی بی، کینسر، سوزاک میں مبتلاء لوگوں سے ان میازم کے بارے میں زیادہ سے زیادہ علم حاصل کیا جاسکتا ہے، ان کی ذہنی صورت حال، جذباتی صورت حال، جسمانی صورت حال اور جلد کے متعلق صورت حال کا زیادہ سے زیادہ جائزہ لیں۔

یہ تین میازم سب سے زیادہ معروف و مشہور میازم ہیں۔ بقیہ میازم زیادہ مشہور نہیں اور ان کو کچھ ڈاکٹر میازم مانتے بھی نہیں ہیں۔ مگر میں بقیہ میازم کو بھی مانتا ہوں اور ان کے وجود پر دلائل بھی قائم ہیں۔ پانچ میازم کو ماننا ہر ہومیوپیتھ پر فرض ہے، اس لئے کہ وہ ہنیمن نے بیان کئے ہیں۔ وہ سوراء، سائیکوسس، سفلس، ٹی بی، کینسر ہیں۔ ان پانچ میازم کے سواء میں گنوریا (سوزاک) میازم، میازم انفکیشن آلات تناسل کی بڑی بیماری کو بھی میازم تسلیم کرتا ہوں۔ ان چھ کے سواء بقیہ میازم پر میری تحقیق جاری ہے۔ اگر وہ ثابت ہو گئی تو ان کو بھی اس مضمون کے اگلے ایڈیشن میں شامل کر دوں گا۔ (اختتام)

ٹیوبر کلوسز میازم کسے کہتے ہیں؟

ٹیوبر کولر میازم سب سے زیادہ خطرناک تیز اور جلد زندگی کو ختم کرنے والی بیماریاں پیدا کرتا ہے۔ یہ سوراء، سائیکوسس، اور سفلس سے زیادہ نقصان دیتا اور قوت مدافعہ کو کمزور کرتا ہے۔

اگر آپ میں گلے، سانس، یا سینہ کی کوئی بھی بیماری موجود ہے یا بار بار گلا خراب ہونے کا رجحان ہے یا بار بار زکام لگنے کا رجحان ہے یا آپ کا قد ر چھوٹا ہے یا جسم کے کسی حصہ کی نشوونما مکمل نہیں ہوئی یا آپ کے والدین میں سے کسی کو ٹی بی ہوئی ہے یا آپ خراٹے بہت زیادہ لیتے ہیں یا آپ کو فسچولہ ہے یا دودھ سے الرجی ہے یا پھولیوں سے یا کسی خشبو سے الرجی ہے یا آپ کی بستر کے اندر سانس دشوار ہوتی ہے یا زندگی میں کبھی ہتھیلیوں کے پاس والے غدود بڑے تھے یا آپ میں بار بار بخار ہونے کا رجحان ہے یا آپ کو کھانسی کے دورے پڑتے ہیں یا آپ کو زندگی میں کبھی تپ دق (ٹی بی والا بخار) ہوا ہے تو آپ میں "ٹی بی کے اثرات" موجود ہیں۔ اس کے لئے لازمی نہیں کہ آپ کے جس میں بکٹیریا موجود ہوں تو ہی جسم میں "ٹی بی کے اثرات" کو تسلیم کیا جائے گا۔ اگر بکٹیریا موجود نہ ہوں اور ٹی بی کے اثرات موجود ہو تو بھی جسم میں ٹی بی کو تسلیم کیا جائے گا۔ اس لئے کہ ٹیوبر کولر میازم پہلے دماغی سطح ظاہر ہوتا ہے۔ میری ریسرچ یہ ہے کہ "زندگی سے بیزاری" کا نام ٹیوبر کولر ہے۔ اس کے بعد سانس لینے میں کسی قسم کی دقت کا نام ٹیوبر کولر ہے۔

اسی طرح اگر آپ کو معمولی معلومی سبب بھی بیمار بنانے کے لئے کافی ہے جیساکہ کہ جب بھی نہایا جسم سوج گیا، معمولی سی ٹھنڈی ہوا چلی تو زکام ہو گیا، تھوڑی سی لڑائی ہوئی تو آپ غصہ کی شدت سے بیہوش ہو گئے۔ تو آپ کو ٹیوبر کولینم کوچ کی ضرورت ہے۔

ٹیوبر میازم والدین سے منتقل ہوتا ہے۔

ٹیوبر کولر میازم سانس کی خرابی سے منسلک ہے۔ توانائی کا بنیادی عضو پھیپھڑوں میں خرابی واقع ہوتی ہے۔ جب سانس کی کوئی بھی خرابی موجود ہو، تو سمجھ جانا کہ ٹیوبر میازم موجود ہے۔

زندگی سے بیزاری، سانس لینے میں دقت، بستر کے اندر سانس لینا دشوار ہوا، بار بار کھانسی زکام گلے کی خرابی اور سینہ کی خرابی کا ہونا، قد چھوٹا ہونا، دمہ، سوتے ہوئے بہت زیادہ خراٹے وغیرہ علامات مریض میں ٹیوبر میازم کی موجودگی کی دلیل ہے۔

اس میازم کا گہرا تعلق پھیپھڑوں کے ساتھ ہے۔ ان کے ذریعہ سے انسان سانس ٹھیک طریقہ سے نہیں لے سکتا ہے۔ اس کی وجہ سے آکسیجن جسم میں مکمل طور پر جذب نہیں ہوتی ہے۔ اس سے انسان کا دفاعی نظام کمزور پڑتا ہے اور بھوک کم ہوتی ہے۔ غدود پھولتے ہیں مگر اکثر وہ درد نہیں کرتے، زیادہ تر ہاتھوں کے کفوں کے غدود پھولتے ہیں۔

اس میازم اور بنیادی خرابی کو ختم کرنے کے لئے ٹیور کولینم کوچ 1M دواء سب سے زیادہ استعمال ہوتی ہے۔ یہ دواء جسم میں ٹی بی کے اثرات اور اس سے پیدا ہونی والی تمام تر تکلیفات کو ختم کرتی ہے۔ اس مضمون میں اوپر جتنی تکلیفات کا ذکر ہوا، ان سب کو یہ ختم کرتی ہے۔ یہ قوت مدافعہ کو بڑھاتی اور جگر کے افعال کو تیز کرتی ہے۔ یہ بانجھ پن کو بھی ختم کرتی ہے۔ قد بڑھاتی اور جسم کے اعضاء کی گروتھ بہتر کرتی ہے۔ یہ زندگی سے بیزاری کو ختم کرتی اور بار بار بخار وزکام ہونے کو بھی ختم کرتی ہے۔ اس سے بھوک بڑھتی ہے۔ یہ جسم میں گرمی بڑھاتی ہے۔ میں یہ دواء تمام کرانک مریضوں کو ضرور دیتا ہوں۔ ٹیوبر کے بعد ہیپر سلف، رسٹاکس، فاسفورس، ڈروسیرا، آرسینکم البم، برائی اونیا، نیٹرم میور وغیرہ استعمال ہوتی ہیں۔ ان ادویہ کا انتخاب اس وقت ہوتا ہے جب مریض کا مزاج ان ادویہ کے ساتھ مماثلت رکھتا ہو۔ ایک انتہائی تعجب کی بات یہ ہے کہ میں اپنے تمام کرانک مریضوں کو ٹیوبر کولینم، ہیپر سلف، رسٹاکس ضرور بر ضرور دیتا ہوں۔ یہ تین ادویہ ہر انسان کی ضروری ہیں۔ آپ ان تینوں ادویہ کا زیادہ سے زیادہ مطالعہ کرنا۔

ٹی بی کا طبّی مزاج عضلاتی اعصابی خشکی والا ہے۔ یہ جگر کے افعال کو بہت سست کرتی ہے۔

ہومیوپیتھی میں، تپ دق کا تعلق متعدی بیماری تپ دق سے ہے، جو مائکوبیکٹیریم تپ دق کے جراثیم کی وجہ سے ہوتا ہے۔ تپ دق کی جسمانی علامات میں کمزوری یا تھکاوٹ، وزن میں کمی، بھوک میں کمی، سردی لگنا اور بخار، اور رات کو پسینہ آنا شامل ہو سکتے ہیں۔ یہ علامات تپ دق کے شکار افراد میں ہو سکتی ہیں، چاہے ان میں تپ دق کی تشخیص نہ ہوئی ہو۔

دماغی صحت کے لحاظ سے، تپ دق کو بے چینی، اضطراب، زندگی سے بیزاری اور تبدیلی یا نیاپن کی خواہش کی طرف رجحان سے وابستہ سمجھا جاتا ہے۔ ٹیوبر کولر میازم والے افراد بھی سانس کے مسائل یا پھیپھڑوں کو متاثر کرنے والی دیگر حالتوں کا شکار ہوتے ہیں۔

میرا ذاتی نظریہ یہ ہے کہ: یہ میازم انفیکشن ہر انسان میں موجود ہوتا ہے۔ کچھ میں کم، کچھ میں زیادہ، کچھ میں بالکل ظاہر اور کچھ میں مخفی ہوتا ہے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ میں نے جتنے بھی مریض دیکھے ہیں ان سب میں گلے کی خرابی، کھانسی اور ناک کی الرجی دیکھی ہے۔ یہ سب تکلیفات جسم میں ٹی بی کے اثرات کی موجودگی پر دلالت کرتے ہیں۔ اس لئے میں تمام کرانک مریضوں کو ٹوبر کولینم کو چ1M ضرور بر ضرور دیتا ہوں۔

ٹیوبر میازم پر میں نے ٹیوبر کولینم دواء کے تعارف اور صابری مٹیریا میڈیکا کے فلسفہ کے باب میں بھی بہت کچھ ذکر کیا ہے، وہ ضرور پڑھنا۔ وہ انتہائی مفید اور نایاب نگارشات ہیں۔ ہیرے کسی کسی جگہ سے ہی ملتے ہیں۔

کینسر میازم کسے کہتے ہیں؟

کینسر میازم مختلف قسم کی خرابیوں سے منسلک تھا۔ اس کا تفصیل ذکر میں بک صابری مٹیریا میڈیکا میں کارسینوسینم کے بیان میں موجود ہے۔ اس پر بہتر بیان آپ کو کسی جگہ نہیں مل سکتا۔ جب مریض ایسی ناامیدی کی حالت میں چلا جاتا ہے جس میں اس کے پاس کوئی نکلنے کی راہ نہیں ہوتی یا کوئی زخم اس حد تک خراب ہو جاتا ہے کہ اس میں شفاء کی امید باقی نہیں رہتی تو کینسر ہوتا ہے۔ کینسر سب سے آخر اور تمام میازم سے زیادہ سخت ہے۔

بیماریوں کا ایک گروہ جس میں غیر معمولی خلیات بغیر کسی کنٹرول کے تقسیم ہو جاتے ہیں۔ مہلک نشوونما یا ٹیومر کے خلیے خون کے دھارے یا لمفی نظام کے ذریعے پھیل سکتے ہیں۔

کینسر میازم کے جذباتی طور پر دو رخ ہوتے ہیں۔ ایک طرف، آپ کم حوصلہ اور ناامید محسوس کر سکتے ہیں۔ یہ آپ کو محسوس کر سکتا ہے کہ آپ کی حالت کبھی بہتر نہیں ہوگی۔ یہ بعض اوقات تشویش اور یہاں تک کہ خوف کا باعث بن سکتا ہے خاص طور پر کسی کی صحت کے حوالے سے۔ آپ مغلوب، چڑچڑے، حالات کا شکار، اور حد سے زیادہ سنجیدہ محسوس کر سکتے ہیں۔

دوسری طرف، ایک قسم کا شہید یا جنونی پہلو ہے، یعنی آپ اپنے آپ کو اپنے سواسب کا خیال رکھتے ہوئے پا سکتے ہیں۔ آپ اچانک توانائی کا پھٹ محسوس کر سکتے ہیں اور گھر، الماریاں، یہاں تک کہ گیراج کو بھی صاف کر سکتے ہیں۔ بعض اوقات کینسر میازم کا یہ حصہ آپ کو اس وقت تک آرام کرنے کی اجازت نہیں دیتا جب تک کہ آپ پرانے کاروبار جیسے کہ کاغذی کارروائی یا کام کے پہاڑ جو کچھ عرصے سے جمع نہیں ہو جاتے۔

جسمانی طور پر، آپ کو زیادہ تھکاوٹ، درد، اور سر درد محسوس ہو سکتا ہے. عام طور پر، کینسر میازم کے ساتھ درد زیادہ غالب ہوتے ہیں، یعنی بعض اوقات جسم کو زیادہ تکلیف ہوتی ہے۔ اس کا ہاضمہ سے تعلق ہے اس لیے پیٹ ختم ہونے کے مسائل ہو سکتے ہیں۔ کینسر میازم والوں کو آئس کریم اور چاکلیٹ کی بھی خاص خواہش ہے!

کینسر میازم کو دور کرنے کی ایک اور اچھی وجہ یہ ہے کہ یہ کسی کے ذاتی مالیات کی صحت کو کنٹرول کرتا ہے۔ مضبوط کینسر میازم والے لوگ "غربت کی شدید فکر میں رہتے ہیں" رکھتے ہیں، یعنی وہ پیسے کی فکر کرتے ہیں، کیونکہ اس کے پاس کبھی بھی کافی نہیں ہوتا ہے۔ ایسا لگتا ہے کہ وہ اسے صرف ایک پے چیک سے دوسرے میں بناتے ہیں۔ ایک بار جب یہ بدگمانی دور ہو جاتی ہے، تو پابندی کے یہ احساسات بدل جاتے ہیں کیونکہ فرد زیادہ وسیع، آزاد اور دولت مند محسوس کرتا ہے۔

میرا ذاتی مشاہدہ یہ ہے کہ وہ تمام کرانک ڈپریشن کے مریض جن کے جسم میں کسی بھی جگہ پر گلٹی بن چکی ہو اور وہ دبانے سے درد کرے تو وہ کینسر کی گلٹی ہوتی ہے۔ وہ کارسینوسینم سے ختم بھی ہو جاتی ہے۔

اس مقام تک ہنیمن کے بیان کردہ تمام میازم کا ذکر ہو چکا۔ ابھی مزید کچھ ایسے میازم کا ذکر جن کو ہنیمن کے سوا ہومیو ڈاکٹر نے مانا ہے۔ ان کا ذکر کرتا ہوں۔

گنوریا (سوزاک) میازم کیا ہے؟

سوزاک پیشاب کی نالی کی متعدی سوزش والی بیماری جو نُبقہ سوزاک سے پیدا ہوتی ہے۔

سوزاک ایک جنسی طور پر منتقل ہونے والا انفیکشن (STI) ہے جو بیکٹیریم Neisseria gonorrhoeae کی وجہ سے ہوتا ہے۔ یہ کسی ایسے شخص کے ساتھ غیر محفوظ اندام نہانی، مقعد، یا زبانی جنسی تعلقات کے ذریعے پھیل سکتا ہے جیسے انفیکشن ہے۔

سوزاک کی علامات میں دردناک پیشاب، خواتین میں اندام نہانی سے خارج ہونے والے پیپ نمامادہ میں اضافہ اور مردوں میں عضو تناسل سے خارج ہونا والا پیپ نمامادہ شامل ہے۔ تاہم، سوزاک میں مبتلا بہت سے لوگوں کو کوئی علامات نہیں ہوتی ہیں۔

سوزاک کا علاج میڈورینم 1M سے کیا جا سکتا ہے۔

میں نے دو مریض کو دیکھا کہ جن کو زنا کرنے سے سوزاک ہوا ہے اور ایک مریضہ کو دیکھا ہے جس کو سوزاک اس کی والدہ سے منتقل ہوا تھا۔ ان تین کو آرام میڈورینم سے ہی آیا ہے۔ ایک مریض کو ایلوپیتھک ادویہ کے زیادہ استعمال سے سوزاک ہوا تھا۔ اس لئے ہومیوپیتھک میں میڈورینم بہت زیادہ استعمال ہوتی ہے۔ مریض کا مزاج کچھ بھی ہو، اگر اس کو سوزاک ہو جائے تو میڈورینم دینا ضروری ہے۔ سوزاک ہونے کے بعد انسان بالکل بانجھ ہو جاتا ہے۔

پیشاب کی نالی میں جلن اور پیپ آنے کو سوزاک کہتے ہیں۔ میں نے تین مریضوں کو زنا کی وجہ سے سوزاک ہوتے ہوئے دیکھا ہے۔ یہ والدین کی طرف سے بھی اولاد میں منتقل ہوتا ہے۔ یہ مرد و زن دونوں کو ہوتا ہے۔ گردن میں درد، نامردگی اور خصیوں پر خارش اس کی علامات سے ہیں۔ اس کا مزاج غدی عضلاتی صفراوی ہے۔ گرمی والا مزاج۔

ایک بات اچھی طرح سے یاد رکھنا کہ ایک ایلوپیتھک ڈاکٹر آپ کا اس وقت ہی علاج کریں گے، جب جسم میں کسی بیماری کے بکٹیریا موجود اور جسم میں physical تبدیلی آجائے مگر ایک ہومیوپیتھک ڈاکٹر دماغی اور جذبات علامات سے ہی معلوم کرکے بیماری کو جڑ سے ختم کر سکتا ہے۔ اور جسمانی تبدیلیوں سے قبل ہی علاج کر دے گا۔ ایک اہم ترین یہ بات جاننا بھی ضروری ہوتا ہے کہ کسی بیماری کی مکمل علامات صرف ہومیوپیتھک میں ہی بیان اور نوٹ کی جاتی ہیں، نیز اس بیماری کی کمی زیادتی کے اسباب پر گہرا مطالعہ بھی صرف ہومیوپیتھی کا خاصہ ہے، ایلوپیتھک میں ہر بیماری کی صرف بنیادی علامات ہی بیان کی جاتی ہے، ان سے اکثر اس بیماری کو دوسری بیماری سے ممتاز کرنا مشکل ہوتا ہے۔ نیز بیماریوں کے اسباب کو جاننے میں جس قدر باریک بینی سے ہومیوپیتھک میں کام کیا گیا ہے اور کسی بھی طریقہ علاج میں موجود نہیں ہے۔

میں نے غم بھی ایک نسل سے دوسری نسل میں منتقل ہوتے دیکھا ہے۔ مگر اس پر میں مزید تحقیق کرنے کے بعد اس پر کچھ لکھوں گا۔ ہاں غم اور ڈپریشن پر میں نے صابری مٹیریا میڈیکا میں مفصل بیان کر دیا ہے۔

ڈپریشن

میری ذاتی تحقیق یہ ہے کہ ڈپریشن بھی نسل در نسل منتقل ہوتا ہے۔ یہ بھی نسلیں تباہ کرتا ہے۔ یہ بھی ٹیوبرکلوسز کی طرح بے حد عام مرض ہے۔ جب ایک بار ہو جاتا ہے تو تمام زندگی جان نہیں چھوڑتا ہے۔ جب تک نیٹرم میور اور اگنیشیا سے اس کو ختم نہ کیا جائے تو یہ ختم نہیں ہوتا ہے۔ میں نے اس کتاب میں اس کے بارے بہت کچھ لکھ دیا ہے۔ وقت سے پہلے انسان پر بڑھاپا اور گنج پن لانے میں اس کا سب سے بڑا کردار ہے۔

❖ میرے اس میازم والے مضمون کے بارے میں کچھ ڈاکٹرز اور سٹوڈنٹ کے کومنٹ:

ڈاکٹر عبدالرازق قاسمی
Oh sirg apne hamare le homyopathi boht Assam banadia (jazakallaho khairan fiddarain)
Like Reply 1d

راحیلہ مگسی

بہت عمدہ ، بہت خوب
میازم پر ایسی تحریر زندگی میں پہلی بار دیکھنے کو ملی ہے
ڈاکٹر صاحب
آپ نے تو موتیوں پرو کر رکھ دیے ہیں

Like Reply 1d

Ishtiyaq Arfi

اگر میں آپ کو مجدد ہومیو پیتھ کہوں تو اس میں کسی قسم کی مبالغہ آرائ نہیں بلکہ یہ ایک حقیقت ہے
اللّٰہ آپ کو بے شمار برکات سے مستفیض فرمائے

Like Reply 1d

4۔ڈپریشن

ڈپریشن پر پہلا مضمون:

ڈپریشن اور غم کا علاج

میازم کے بعد اسباب امراض میں سے ایک سبب غم اور ڈپریشن ہے۔اب اس کا بیان شروع ہونے لگا ہے۔الحمدللہ، میازم والے مضمون کے طرح یہ والا مضمون بھی آپ کو بے حد فائدہ دینے والا ہے۔ایک بار ضرور مکمل پڑھیں۔میں نے اس کے لکھنے پر بہت محنت کی ہے۔

غم۔مسلسل پریشانی۔ذہنی دباؤ اور تناؤ۔ناکام محبت، کسی پیارے کی پیاری یادیں جو دل سے نہ نکل سکیں۔بزنس میں بہت بڑا نقصان۔کسی پیارے کا دھوکہ جو آپ بھول نہ سکیں۔کسی کی موت کا غم، خصوصاوالدین، اولاد، معشوقہ، شوہر۔کسی بڑے گول یا مقصد کو حاصل نہ کر سکنے کا غم۔کسی موقعہ پر کسی بہت بڑی بے عزتی کا غم۔کاروباری اور معاشی اعتبار سے سیٹل نہ ہو پانے کی پریشانی۔گھریلو لڑائی جھگڑوں کی پریشانیاں۔اپنی ذمہ داری کو پورا نہ کر سکنے کی پریشانی۔امتحان میں ناکامی ہو جانے کا غم۔کلاس میں بے عزتی ہو جانے کا غم۔امتحانات کے دنوں میں دردسر۔ان سب کی دواء نیٹرم میور ہے۔

دل میں غم اور پریشانی موجود ہونے کی تین بڑی علامات ہیں۔

ا۔کوئی بھی پریشانی والی بات آئے، تو وہ ذہن سے نکلنے کا نام ہی نہیں لیتی، بلکہ مسلسل بار بار آپ اس کے بارے سوچتے رہتے ہیں۔

۲۔آپ عصر کے بعد سے رات سونے تک بلاوجہ غمگین، اداس، افسردہ اور پریشان رہتے ہیں۔جیسے جیسے رات بڑتی جاتی ہے کی پریشانی بھی بڑھتی جاتی ہے۔

۴۔آپ نمک اور نمکین چیزیں زیادہ پسند کرتے ہیں۔زیادہ میٹھا کھانے سے آپ کا بی پی لو ہو جاتا ہے یا طبیعت بے چین ہو جاتی ہے۔

۵۔آپ کو سر کی گدی میں دباؤ والا درد ہوتا ہے یا کبھی کبھی ایسا دردسر ہوتا ہے جس سے دماغ بالکل بند ہو جاتا ہے۔سر کسی چیز کو مارنے کو دل کرتا ہے۔

۶۔جب آسمان پر بادل ہوتے ہیں، تو آپ بے حد غمگین ہو جاتے ہیں یا بہت پریشان ہو جاتے ہیں یا بہت تنلاز کام لگ جاتا ہے یا جسم بہت زیادہ درد کرنے لگتا ہے۔

۷۔آپ کے سونگھنے اور چکھنے کی حس ختم ہو چکی ہے۔

۸۔آپ کے جسم کے مختلف حصوں میں بندش رہتی ہے، خصوصا ناک بند رہتی ہے۔آپ انتہائی بند انسان ہیں کہ دل کا غم کسی کے ساتھ شیئر نہیں کرتے۔بعض اوقات دماغ کو بند کرنے والا دردسر ہوتا ہے۔نیند آنا بند ہو جاتا۔معدہ کی گیس نکلنا بند ہو جاتا۔حتی کہ کھانا ہضم ہونا بھی بند ہو جاتا ہے۔آپ بات کرنا اور خوش رہنا بھی بند کر دیتے ہیں۔آپ کسی سے نظر نہیں ملا سکتے حتی کہ آپ کی آنکھیں بند ہونے لگتی ہیں۔بعض مریضوں کی مقعد (پاخانہ کا مقام) بھی بند ہو جاتا ہے۔اس سے یورک ایسڈ اور ایچ پیلوری بھی ہو جاتا ہے۔

۹۔آپ کو کھیل کود اور مذاق بالکل پسند نہیں، بلکہ اکثر اوقات سنجیدہ رہتے ہیں۔جذبات مردہ ہو چکے ہیں کوئی خوشی والی خبر یا موقع آپ کے دل میں زیادہ خوشی پیدا نہیں کر پاتا ہے۔رشتوں کا احساس نہیں رہا۔کسی کام میں دل نہیں لگتا ہے۔حتی کہ رات کو سونے کا دل نہیں کرتا۔جو کام آپ کو پسند تھے، ان سے دلچسپی ختم ہو چکی ہے۔

۱۰۔آپ کی اپنے بارے میں observation اور مشاہدہ خراب ہے، آپ اپنے بارے میں زیادہ صحیح طریقہ سے بیان نہیں کر پاتے کہ آپ کو کیا ہے یا آپ کی طلب کیا ہے یا آپ چاہتے کیا ہیں۔اپنے آپ کو صحیح طریقہ سے سمجھ نہیں سکتے۔یہ معلوم کرنا مشکل ہوتا ہے کہ آپ کو کیا بیماری ہے۔

۱۱۔دھوپ سے نفرت۔دھوپ میں بیٹھنے سے سوئیاں چبھنا۔مجلس سے نفرت اور بولنے سے نفرت۔مردوں سے نفرت۔تنہائی اور اندھیرے سے پیار حتی کہ ایک وقت ایسا آتا ہے کہ آپ سب کچھ چھوڑ کر گھر کی چار دیواری سے باہر نہیں نکلنا چاہتے ہیں۔بالکل بند ہو جاتے ہیں۔

۱۲۔جسم کے مختلف حصوں میں سن ہونے کا شدید احساس۔ہاتھ اور پاؤں کا سن ہو جانا۔

۱۳۔سر کے بالوں کا گرنا یا وقت سے پہلے سفید ہو جانا۔قبل از وقت بڑھاپا۔

یہ بیان کردہ تمام علامات یا ان میں سے کسی ایک علامت یا شروع میں بیان کردہ کسی ایک سبب کا آپ کی زندگی میں ہونا اس بات کی دلیل ہے کہ آپ ایک بہت بڑی بیماری کے مریض ہیں وہ "ڈپریشن" ہے۔مگر اکثر ڈپریشن کے مریض اپنے آپ کو ڈپریشن کا مریض ماننے کے لئے تیار نہیں ہوتے۔

دوستو! یہ بات یاد رکھنا کہ دنیا میں اکثر لوگ ڈپریشن کے مریض ہیں۔اس لئے کہ ہم سب کی زندگیوں میں کوئی نہ کوئی بڑا غم یا پریشانی موجود ہوتا ہے۔وہ دل سے نکلتا ہی نہیں۔اندر ہی اندر جسم کو کمزور سے کمزور کرتا جاتا ہے۔مسلسل ڈپریشن اور دباؤ میں رہنے سے لقوہ، فالج، ہارٹ اٹیک، پاگل پن وغیرہ بھی ہو جاتا ہے۔آپ اس بات کو

خوب یاد رکھنا کہ ڈپریشن اور غم بیس سال رہنے کے بعد بڑی بیماریاں پیدا کرتا ہے۔ غم بھی میازم کی طرح بڑی بیماریاں پیدا کرنے والا اور والدین سے اولاد کی طرف منتقل ہونے والا انفیکشن ہے۔ غم اور ڈپریشن کا اختتام کینسر یا فالج یا پاگل ہے یا دل کا رک جانا یا دل کی شریانوں کا بند ہو جانا ہے۔ ڈپریشن اور غم کو معمولی نہ سمجھنا۔

ان سب علامات و تکلیفات کی دواء نیٹرم میور ہے۔ نیٹرم میور ہومیوپیتھک کی بہت بڑی اور بہت زیادہ استعمال ہونے والی دواء ہے۔ یہ غم، ڈپریشن، پریشانی، اداسی، افسردگی، صدمہ اور ان سب کی وجہ سے پیدا ہونے والی تمام تکلیفات اور اخلاقی خرابیوں کو دور کرنے کے لئے کافی ہے۔ نیٹرم میور 200 کے بارے میں میری رائے یہ ہے کہ یہ قیمتی دواء ہر انسان کے پاس ہونی چاہئے۔ جب بھی کوئی غم پریشانی افسردگی بنے اس کا ایک قطرہ لے لے۔ اس سے طبیعت میں غمگین کرنے والا مادہ ختم ہو جاتا ہے۔

الحمدللہ، میں نے نیٹرم میور دواء لاتعداد مریضوں کو دی ہے اور بہترین نتائج حاصل کئے ہیں۔ اس کا اثر انتہائی حیرت انگیز ہے۔ آپ بھی آزمائیں۔ ان شاء اللہ فائدہ ہوگا۔ دنیا میں ہر انسان کو نیٹرم میور 200 کی ضرورت ہے۔

ڈپریشن پر دوسرا مضمون:

غم کے اثرات بد اور نیٹرم میور

زندگی میں کسی بڑے غم کا گزرنا اور جب بھی اس کی یاد آئے تو اسے گھنٹوں سوچتے رہنا:

اکثر انسانوں کی زندگی میں کوئی بڑا غم یا غمگین یادیں موجود ہوتی ہیں۔

یہ غم اور پریشانی والی کیفیت محبت میں ناکامی کی وجہ سے (اس طرح کہ معشوقہ نے دھوکہ دیا ہو یا محبوب نہ ملا ہو یا اپنی پسند کی شادی نہ ہوئی ہو وغیرہ)، یا کسی ایسے کی وفات ہو جانا جس کے ساتھ دلی لگاؤ اور محبت بہت زیادہ تھی جیسا کہ والد، والدہ، نانی یا دادی، بیٹی، بھائی وغیرہ، اس کو اس نے دل پر ہی لے لیا ہو اور اسے اکثر رات کو یاد کرنے کی عادت بن گئی ہو یا اس کی یاد میں رونے کی عادت بن گئی ہو یا اس کے غم کی وجہ سے سونگنے کی حس ختم ہو گئی ہو، یا طبیعت میں چڑچڑاپن اور بدمزاجی آگئی ہو یا کاروبار میں بہت بڑا نقصان ہوا ہو یا کاروبار نہ بن رہا ہو یا کوئی دلی بڑی خواہش پوری نہ ہوئی ہو یا کسی کو قرضہ دینے یا کسی سے پیسے لینے کی شدید فکر و پریشان ہونا، ان وجوہات کی وجہ سے انسان نیٹرم میور والی غم کی کیفیت میں چلا جاتا ہے۔ کوئی پرانا دبا ہوا بڑا غم جس کو بار بار یاد کرکے رونا.

اس حالت میں کچھ بھی اچھا نہیں لگتا۔ اکثر سنجیدہ رہنے کی عادت ہو جاتی ہے۔ خوشی کم ہی محسوس ہوتی ہے یا زندگی کی خوشیاں ختم ہو جاتی ہے۔ کوئی چیز کھانے کو دل نہیں کرتا۔ اپنی ڈیوٹی اور کام کرنے کو بھی دل نہیں کرتا بلکہ مجبوراً کرنے پڑتے ہیں۔ زندگی کا مذاق، ہنسی، سکون، اور لطف ختم ہو جاتا ہے۔ زیادہ دیر ہنس نہ پانا۔ مصنوعی ہنسی یا کم ہنسنا. کوئی خوشی اچھی نہ لگے۔ بلکہ کچھ بھی اچھا نہ لگے۔ تنہائی اچھی لگنا۔ خاموشی زیادہ اچھی لگنا۔ عبادت، نماز، روزہ، تلاوت اور علم دین میں دل نہیں لگتا۔ اس کے ساتھ ہر سال ڈپریشن غم پریشانی اداسی انگزائٹی وغیرہ میں اضافہ ہوتا رہتا ہے۔ حتی کہ 10 سال کے اندر ہی اندر جسم میں بہت سی تکلیفات اور بندشیں آجاتی ہیں۔ اکثر بلاوجہ پریشان، اداس، اور غمگین رہنا . جیسے جیسے رات زیادہ ہوتی جائے غم اور پریشان زیادہ ہوتی جائے. غم اور پریشانی کی وجہ سے مشت زنی کرنے کی عادت بن جاتی ہے۔

زبان پر انتہائی سفید موٹا کوٹ یا جسم کے بیماری ہونے کے باوجود زبان بالکل صاف ہو، وہ کسی بخار یا بیماری کی موجود کو بیان نہ کر رہی ہو یا اگنیشیا والی گندی ہلی زرد میلی قابل نفرت تہہ والی زبان۔ میں نے 4 مریضوں کی زبان بالکل صاف دیکھی ہے جب کہ جسم میں بہت سی امراض و تکلیفات تھیں۔ ان سب میں دبا ہوا پرانا غم موجود تھا۔ اس سے ان کا جسم بلاک ہو چکا تھا۔ وہ اپنی مرضیاتی کیفت کو زبان کی کوٹ سے بیان ہی نہیں کر رہا تھا۔ مجھے اس بات کا علم 10 سال بعد ابھی آکر ہوا ہے۔ اصل میں ہماری ادویہ کے بارے میں ہمارے مٹیریا میڈیکا میں کچھ زیادہ نہیں لکھا ہے۔ میں نے اس مضمون میں بہت سی علامات کا اپنی مشاہدہ سے اضافہ کیا ہے۔ یہ مضمون انتہائی مفید ہونے جا رہا ہے۔ امید ہے کہ اگر آپ کے کلینک میں پرانے، دبے ہوے، بند انسان، آہستگی سے بڑھنے والے غم کا اگر کوئی مریض آگیا تو آپ اسے آسانی سے پہچان سکے گے۔ (الحمدللہ میرا مضمون پر کر بے شمار ہومیوڈاکٹر نے نیٹرم میور کو ڈپریشن میں استعمال کرنا شروع کر دیا ہے۔ یہ بڑے نصیب کی بات ہے کہ اللہ تعالی نے اتنی مقبولیت دی ہے)

جسم کی مختلف جگہ پر بندش۔ سونگھنے کی حس کا ختم ہونا، احساسات جذبات اور دوسروں کی پرواہ کا جذبہ ختم ہوتے جانا۔ دل مردہ ہو جاتا ہے۔

حافظہ کمزور ہوتے جانا۔

کوئی بھی پریشانی والی خبر ملنے سے اسے بار بار سوچنا اور ذہن کو اس سے ہٹانا مشکل ہوتا ہے۔ وہ بات دل سے نکلنے کا نام ہیں نہیں لیتی۔ ایلوپیتھک اسے OCD کا نام دیتے ہیں۔

وہ ہر وقت خصوصا رات کے وقت سونے سے پہلے پہلے بلاوجہ اداس غمگین پریشان رہنے لگتا ہے۔ رات کو نید بہت دیر سے آتی ہے۔ تقریبا رات دو یا تین بجے نید آتی ہے۔ غمگین گانے یا نعتیں یا غزلیں سننے کی عادت ہو جاتی ہے۔ جیسا کہ ناکام عاشق ہوتے ہیں۔

نمک اور نمکین چیزوں کو زیادہ پسند ہو جاتی ہیں اور میٹھے سے نفرت یا میٹھا زیادہ کھانے سے بی پی لو ہونا یا زیادہ نہ کھا سکنا کی بیماری ہو جاتی ہے۔ بار بار بی پی لو ہونے لگتا ہے جس کے لئے بار بار آرنیکا مونٹانہ 200 کی ضرورت پڑتی ہے۔

جسم دن بدن کمزوری، تھکاوٹ، اور خون کی کمی کا شکار ہوتے جاتا ہے۔ جسم میں مستقل طور پر خون کی کمی کو دور کرنے کے لئے نیٹرم میور کا استعمال اچھا ہے۔

نمکین پسینہ جو کپڑوں پر سفید داغ چھوڑ جائے۔ بد ہضمی، بار بار ڈکاروں کا آنا، سینہ میں تیزابیت، خصوصا صبح کے وقت، اور معدہ سے گیس کا نکلنا۔ سردی زیادہ لگنا۔ اکثر غصہ کرنا یا چہرے پر اکثر غصہ کے آثار کا موجود رہنا۔ چہرے پر شدید پریشانی اور غم کے اثرات۔ خالی پیٹ جب بھوک لگی ہو، تو تھوک کا زیادہ آنا خصوصا صبح کے وقت۔ ایسا درد سر جسم میں دماغ بالکل بند ہو جائے اور سر دیوار کے ساتھ مارنے کو دل کرے، اس لئے کہ وہ بلاک ہو چکا ہے۔ کبھی کنپٹیوں میں درد، کبھی گدی میں درد جو سن ہونے کے احساس کے ساتھ ہو۔ ہاتھوں اور پاؤں کا سن ہونا، نیز ان میں رینگن کا احساس ہونا۔ ہاتھ اور پاؤں میں جلن۔ آنکھوں کے اوپر یا پیچھے بھاری پن کے ساتھ کبھی کبھی درد کا ہونا خصوصا بائیں آنکھ کے ڈھیلے میں۔ قبل از وقت بڑھاپا آنا، بال سفید ہونا، مردانہ طاقت کم ہونا، چہرے پر جھریاں پڑنا۔ سر کی چوٹی سے بالوں کا کثرت سے گرنا ۔ جب کسی جگہ درد ہوتا ہے تو درد کے ساتھ کھنچاؤ بھی ہوتا ہے۔ بائیں کندھے کا درد۔ دائیں خصیہ کا درد اور کھنچاؤ۔ سنائی کم دینا۔ بھوک پیاس اور مردانہ طاقت کی کمی۔ ناک کا بند رہنا خصوصا بائیں جانب سے۔ ناک سے بولنا. زیادہ اونچا بول نہ سکنا اور زیادہ اونچا بولنے سے کھانسی ہونا (یہ علامت ہیپر سلف میں بھی ہے)۔ آواز کا بھاری بھاری ہونا، عورت کی آواز بھی مرد جیسی محسوس ہوتی ہے، کم عمر لڑکے کی آواز بھی زیادہ عمر والے مرد جیسی ہو جاتی ہے۔ ایسا بخار بار بار ہونا جو دن 11 سے 1 بجے تک بار بار آیا کرے، اور اس کے ساتھ آنکھوں کے ڈھیلے درد کریں، پسینہ آنے سے سکون آنا، بے حد پیاس لگنا، حتی کہ پانی پی پی کر بیٹ ڈھول کی طرح ہو جاتا ہے، کبھی پیاس کم بھی ہوتی ہے۔ یکدم سے چکر آنا یا بہت زیادہ چکر آنا۔ گلے کے غدود کا درد کرنا۔ حلق میں نمکین بلغم کا آنا۔ پانی کا سا پتلا زکام جو بائیں نتھنے سے زیادہ نکلے۔ شدید درد سر سے کبھی قے آنا۔ سانس لینے کے لئے ہانپنا، سانس کا کبھی کبھی ایسے بند ہو جانا کہ نیچے کا نیچے اور اوپر کا اوپر رہ جائے۔ بعض اوقات سانس کو بند کر دینے والا دمہ بھی دیکھا گیا ہے۔ انتہائی چپچپہ پسینہ بہت زیادہ آنا۔ انسان لڑاکا اور منہ پھٹ ہو جاتا ہے۔

یہ بات یاد رکھنا یہ جب غم دس سات پرانا ہو جاتا ہے تو انسان کی مکمل زندگی اور مستقبل تباہ کر دیتا ہے۔ کوئی کام کرنے کو دل نہیں کرتا اور نہ ہی کوئی چیز اچھی لگتی ہے۔ اللہ تعالی اپنی پناہ میں رکھے۔ یہ وہ غم ہے جو جوانی میں ہی انسان کو بڑھا کر دیتا ہے۔

اوپر بیان کردہ سب علامات پرانے غم یا پرانے ٹائیفائیڈ یا پرانے شدید درد سر جس میں دماغ بالکل بند ہو جاتا ہے، اس کی علامات ہیں۔ یہ سب ہومیوپیتھک دوا نیٹرم میور کی علامات ہیں۔ آپ غم کی علامات کو جاننے کے لئے ہومیوپیتھک دوا نیٹرم میور کا زیادہ سے زیادہ مطالعہ کریں۔ اس میں سب کچھ لکھا ہے۔

نیٹرم میور کیفیت جسم میں بننے کے لئے لازمی نہیں کہ انسان کو نیٹرم میور بخار ہی ہو بلکہ صرف مسلسل غم سے بھی یہ کیفیت بن جاتی ہے اور آہستہ آہستہ بڑھتی جاتی ہے۔

ایک بہت ہی اہم بات کو یاد رکھنا کہ فیٹی لیور کے مریض مسلسل ڈپریشن میں رہتے ہیں۔ اس کی وجہ یہ ہوتی ہے کہ ان کو جگر اپنے افعال اداء کرنے میں سست ہوتا ہے۔ دل اس کی ہمدردی میں اور اس کی مدد کرنے کے لئے اپنے افعال کو تیز بنانے کے لئے اپنی دھڑکن تیز کر لیتا ہے۔ جس سے ہر وقت بی پی ہائی رہتا ہے۔ اس سے ڈپریشن رہنے لگتی ہے۔ اس ہائی بی پی کا علاج فیٹی لیور کو ختم کرنا ہے۔ اس میں نیٹرم میور دواء بالکل کام نہیں آتی ہے۔ فیٹی لیور کا علاج میں نے اپنی کتاب "بیماریوں کا علاج" میں ذکر کیا ہے۔ جب مریض کا فیٹی لیور صحیح ہو گا تو ڈپریشن خود ہی ختم ہو جائے گی۔ اس لئے ڈپریشن کا علاج کرنے سے قبل مریض کے فیٹی لیور کا علاج کریں۔ یہ بہت اہم بات ہے۔ اگر آپ نے اس کو توجہ میں نہ رکھا تو بہت سے کیسوں میں نیٹرم میور دے کر ناکامی کا سامنا کرنا پڑے گا۔

علاج

❖ 1۔ ڈپریشن کا علاج ہومیوپیتھ دواء نیٹرم میور سے

اگر ڈپریشن طویل مدت سے ہو تو پہلے نیٹرم میور 30 ایک ماہ دن میں تین بار ایک ایک قطرہ دیں پھر نیٹرم میور 200 چار ماہ تک ہر 10 دن بعد ایک قطرہ دیں۔ مریض کو نیٹرم میور 1M کی چار خوراکیں دیں۔ وہ صرف چار قطرے۔ دو دو ماہ کے فاصلہ کے ساتھ ایک ایک قطرہ دینا ہے۔ ان شاء اللہ اس سے یہ غم اور اس کے تمام اثرات بد ختم ہو جائیں گے۔ اگر چار ڈوزیں دینے کے بعد کچھ باقی رہے تو نیٹرم میور CM کی ایک ڈوز دیں، اور مریض کو پھر سے زندہ کر دیں۔ اگر مریض زیادہ کمزور نہ ہو تو مریض کو نیٹرم میور CM دیں۔ نیٹرم میور کے ساتھ اگنیشیا امارہ 200 اور کارسینوسنم 200 بھی دیں۔ یہ دونوں نیٹرم میور کی معاون ادویہ ہیں۔

غم کے اثرات جب آہستگی کے ساتھ آئیں تو نیٹرم میور اور اگر تیزی کے ساتھ اور شدید بخار کے ساتھ آئیں جو اگنیشیا امارہ دوا ہوتی ہے۔ نیٹرم میور غم اور اگنیشیا غم کی رفتار اور پیدا ہونے والی تکلیفات وعلامات میں فرق ہے۔اسے خوب یاد رکھنا۔

نیٹرم میور دوا غم اور پریشانی کی تمام علامات اور تکلیفات کو دور کرنے کی صلاحیت رکھتی ہے۔ وہ ان سب مذکورہ تکلیفات کو ختم کر دے گی۔ زندگی میں پھر سے خوشیاں آئیں گی۔ان شاء اللہ۔

کچھ چیزیں اور حکمت کی باتیں بہت سالوں کی محنت کے بعد حاصل ہوتی ہیں۔ میں نے غم اور نیٹرم میور کے بارے میں جو بیان کیا وہ بھی ان قیمتی چیزوں میں سے ہے۔ آپ بہت سے لوگوں کی تباہ شدہ زندگی اس مضمون کو پڑھنے کے بعد بچا سکیں گے۔ ان شاء اللہ۔

خون کی کمی سے بھی ڈپریشن ہو جاتی ہے۔ کم کھانے سے بھی اور فیٹی لیور سے بھی ڈپریشن ہو جاتی ہے۔ اگر ان اسباب سے ڈپریشن ہو تو اس کا بھی علاج ضروری ہے۔

❖ 2۔ڈپریشن کا مجرب یقینی علاج بالغذاء

الحمد للہ، مجھے ڈپریشن کا علاج بالغذا بھی مل گیا ہے۔ یہ طویل مدت سے ریسرچ کرنے اور بہت سے تجربات کے بعد مجھے معلوم ہوا ہے۔ یہ ایسا علاج ہے تو مسلسل تمام زندگی بھی ہمیشہ ڈپریشن سے بچنے اور ڈپریشن کے خاتمہ کے لئے کیا جا سکتا ہے۔ میں نے اس کو اپنے اوپر بھی تجربہ بار بار کیا ہے، یہ کامیاب رہا ہے۔ بہت سے مریضوں پر بھی تجربہ کیا ہے، کامیاب رہا ہے۔ جدید سائنس سے بھی اس کی تصدیق ہو چکی ہے۔ وہ ڈرائی فروٹ ہیں۔ ان میں چار اہم ترین چیزیں پائی جاتی ہیں جو ڈپریشن کم کرنے میں یقینی اثر رکھتی ہیں۔ وہ اومیگا 3 فیٹی ایسڈ، پروٹین، ہیلدی فیٹ، اور وٹامنز، منرلز ہیں۔ یہ سب ڈماغ کو طاقت دیتے، اس کی غذائیت کو پورا کرتے اور ڈپریشن کو یقینی طور پر ختم کرتے ہیں۔ ان میں سے سب سے ضروری چیز اومیگا 3 فیٹی ایسڈ ہے۔ جدید سائنس کے مطابق یہ چیز ڈپریشن کو ختم کرتی اور حافظہ کو مضبوط کرتی ہے۔ کھانے کا طریقہ کار یہ ہے۔ رات کے کھانے کو کم سے کم کر دیں اور رات کے کھانے کے ایک گھنٹہ بعد 25 گرام اخروٹ، 25 گرام پستہ، 25 گرام کاجو، 25 گرام بادام، 25 گرام انجیر، 25 گرام مونگ پھلی کھائیں۔ بعد میں ایک گلاس دودھ پی لیں۔ ان شاء اللہ، ایک ہفتہ کے اندر ہیں ڈپریشن ختم ہو جائے گی۔ کم از کم ایک سال تک یہ کھائیں۔ یہ بہت ہی قیمتی بات ہے جو میں نے آپ کو بتائی ہے۔

آ گری میوہ جات والی دیسی گھی والی سوجی کی پنجیری بھی بنا کر گھر میں رکھ سکتے ہیں۔ یہ ہمیشہ کھاتے رہنے کی عادت بنا سکتے ہیں۔

❖ 3۔ڈپریشن کا علاج اپنی ذہانت اور کامیابی سے

الحمد للہ، میں نے ایک بات بہت سے مریضوں کو سمجھائی ہے۔ ان سب کو اس بات کا فائدہ ہوا ہے۔ وہ یہ کہ آپ نے اپنی ذہن پر خود کنٹرول رکھنا ہے۔ اس کو کبھی پریشان، غمگین، اداس، مایوس، دباؤ میں مبتلاء نہیں ہونے دینا۔ کسی بھی چیز کو ذہن پر سوار نہیں ہونے دینا۔ جب آپ یہ فیصلہ کر لیں گے تو آپ اپنے ذہن کو ڈپریشن سے بچا سکیں گے۔ ڈپریشن سے بچنے کے لئے یہ بہت مفید بات ہے۔ آپ ہمیشہ یاد رکھنا۔ آپ ہر ڈپریشن میں مبتلاء مریض کو یہ نصیحت کریں۔

ہاں، جب آپ مالی اعتبار سے بہت زیادہ خوشحال ہو جاتے ہیں تو آپ جتنے بھی پریشانیوں میں سے گزر چکے ہوں، آپ کی ڈپریشن ختم ہو جاتی ہے۔ اس لئے کہ آپ کو معلوم ہو جاتا ہے کہ آپ قابل ہیں، آپ کو اپنی ذات پر اعتبار ہو جاتا ہے۔ اس لئے باعزت پر سکون زندگی گزارنے کے لئے مالی اعتبار سے خوشحال ہونا اشد ضروری ہے۔ میں نے اس طرح کے دو لوگوں کو دیکھ جو بہت زیادہ ڈپریشن میں تھے، جب وہ مالی اعتبار سے سٹیبل ہوئے تو ان کی پریشانی اور غم، نیز صحت کے مسائل بہت زیادہ حد تک کم ہو گئے۔ ہاں، یہ حقیقت ہے کہ ڈپریشن کو صحیح معنی میں ہومیو دواء نیٹرم میور ہی ختم کرتی ہے۔

ڈپریشن موروثی بیماری ہے۔ وہ تمام بچے جن کے بچپن میں ہی بال سفید ہو جاتے ہیں، ان کو موروثی طور پر والدین سے ڈپریشن جین کے ذریعہ سے ملی ہوتی ہے۔ ان کو بھی نیٹرم میور ہی دیں گے۔

❖ 4۔ڈپریشن کا علاج قرآن کریم سے

نبی اکرم ﷺ جب سب سے زیادہ پریشان تھے تب اللہ تعالی نے "سورت الوضحیٰ" نازل فرمائے، اس طرح آپ کی پریشانی ختم ہوئی۔ سورت الوضحیٰ 41 بار پڑھ کر ہاتھوں پر دم کرکے سر پر پھیرنے سے ایک گھنٹے کے اندر اندر ڈپریشن ختم ہو جاتی ہے۔ اگر آپ طویل مدت سے پریشانیوں، مصیبتوں، دکھوں اور آزمائشوں میں مبتلاء ہیں تو ہر روز 41 بار پڑھ کر مسلسل دعا کرتے رہیں۔ ان شاء اللہ مشکلات حل ہوں گی اور پریشانیاں دور ہوں گی۔ میرے پاس سورت الوضحیٰ کی اجازت ہے، میں آپ کو اس کی اجازت دیتا ہے۔

ڈپریشن پر تیسرا، جامع اور آخری مضمون:

ہومیوپیتھک دواء ''نیٹرم میور'' کا تعارف

ہم سب کے لئے ضروری ہے کہ ایک دوسرے کو ڈپریشن کے موضوع پر بتائیں۔ ڈپریشن کے بارے میں لوگوں میں awareness جگائیں۔ تاکہ لوگ ایک صحت مند اور خوش حال زندگی گزار سکیں۔ الحمدللہ، میں نے ڈپریشن پر اس مضمون سے قبل بہت کچھ لکھا ہے۔ اس سے بے شمار لوگوں کا فائدہ بھی ہوا ہے۔ میں نے اللہ تعالی کے فضل و کرم سے بے شمار ڈپریشن کے مریضوں کا کامیاب علاج بھی کیا ہے۔ اس کا علاج میں نے سب کو بتایا بھی ہے۔ اب یہ والا مضمون ڈپریشن پر سب سے بڑا مضمون ہونے جا رہا ہے۔ اللہ تعالی کی بارگاہ صمد میں التجاء ہے کہ مجھے دونوں جہانوں میں اس سے نفع عطاء فرمائے۔ آپ سب کو چاہیئے کہ اس مضمون کا پرنٹ نکال کر اپنے اپنے گھر کے تمام ممبران کو پڑھائیں۔ بلکہ اپنے رشتہ داروں کے گھروں میں بھی پہنچائیں۔ یہ ڈپریشن پر میرا آخری مضمون ہے۔ اس سے قبل تین مضامیں لکھ چکا ہوں۔ وہ سب میری کتاب صابری مٹیریا میڈیکا میں شامل ہیں۔ اللہ تعالی ہم سب کو اپنی حفظ وامان میں رکھے۔

❖ ڈپریشن کسے کہتے ہیں؟

کسی بھی کام یا بات یا ناکامی یا بری خبر یا ڈر والی خبر وغیرہ کو لے کر دماغ میں جو پریشانی، اداسی، مایوسی، غمگینی، افسردگی، بیزاری، گھبراہٹ، بے بسی، شرمندگی ہو، اس کو ڈپریشن کہتے ہیں۔ پریشان ہونا، شرمندگی محسوس کرنا، ڈرنا، یہ محسوس کرنا کہ میرا کوئی بھی ہمدرد نہیں ہے، بلاوجہ شدید غصہ کرنا، کچھ کھانے پینے کو دل نہ کرنا، اپنی پسند کے کام کرنے کو دل نہ کرنا، سونا چھوڑ دینا، کھیلنا چھوڑ دینا، بارش میں نہانا چھوڑ دینا، بلکہ نہانے سے بھی نفرت ہونا، خوش رہنا چھوڑ دینا، سجنا سورنا چھوڑ دے، اپنے آپ پر غصہ کرنا، اپنے آپ کو برا بھلا کہنا، اپنے آپ سے بیزار ہونا، دنیا کو فضول سمجھنا، اپنے آپ کو بے مطلب سمجھنا، اپنی زندگی کو لاحاصل سمجھنا، یہ سوچنا کہ آپ نے دنیا میں کچھ اچھا ہی نہیں کیا، آپ نے کسی کا بہت برا کیا ہے، حتی کہ ہر معاملہ میں سوچ کا منفی ہو جانا، توجہ اور یکسائی میں کمی، یاداشت اور حافظہ میں کمی، زندگی سے اکتاہٹ محسوس کرنا، جبڑوں اور سر میں درد، سر کے بال گرنے لگ جانا، دل درد کرنا، بائیں بازوں کا سن ہونا، پاؤں کا سن ہونا، جس چیز یا کام سے مزہ آتا تھا، اب وہ بے مزہ لگنے لگے، مسلسل کاموں کو عدم دلچسپی سے چھوڑتے جانا، دل کی دھڑکن کا اس قدر تیز ہونا کہ بی پی حد سے زیادہ شوٹ ہو جائے، وہ کنٹرول میں ہی نہ آئے، ہر وقت تھکا تھکا رہنا، بہت زیادہ تھکاوٹ ہونا اور کوئی کام کرنے کو دل نہ کرنا، ہر وقت لیٹنے اور آرام کرنے کو دل کرنا، ایسا پسینہ آنا جس سے سکون محسوس ہو، چیونٹیاں رینگتی محسوس ہوں، ہکلانا، کسی بات کو بار بار کرنا، پڑھائی میں دلچسپی ختم ہو جانا، لوگوں کا سامنا نہ کر سکنا، بزدل ہو جانا، معمولی سی بات یا آواز سننے سے ڈر جانا، زیادہ میٹھا کھانے سے بی پی لو ہو جانا، نمکین چیزیں زیادہ پسند کرنا، ہاضمہ کی خرابی اور کھانے کا دیر تک پیٹ میں پڑے رہنا، یہ سب ڈپریشن کی علامات ہیں۔

اس کے سواء آپ ہومیوپیتھک کتابوں میں ''نیٹرم میور'' دواء کی علامات پڑھتے ہیں، وہ سب ڈپریشن کے بعد انسانی جسم پر اور دماغ پر ظاہر ہونے والی علامات ہیں۔ اس لئے ہومیوپیتھک کتابوں میں نیٹرم میور کے بارے میں زیادہ سے زیادہ پڑھیں۔ ''بے شمار قسم کی درد سر'' بھی ان ہی علامات میں سے ہیں۔ ''بے حد سنجیدہ ہونا'' بھی ڈپریشن کی علامات سے ہیں۔ سر کی کنپٹوں میں اس قدر شدید درد کہ محسوس ہو کہ سر پھٹ جائے گا اور چیخ مارنا، جس کو پینک اٹیک کہتے ہیں، یہ بھی ڈرپریشن کی علامات سے ہیں۔ میں نے جتنی علامات اپنے مضامین میں لکھ دی ہیں، وہ ڈپریشن کو جاننے کے لئے کافی ہیں۔

اکثر ڈپریشن کے ساتھ شروع میں دماغی دباؤ ہوتا ہے۔ بعد میں یہ دباؤ دماغ سے کندھوں کے اعصاب، دل، معدہ، جگر، گردوں، خصیوں اور ٹانگوں تک پہنچ جاتا ہے۔ جس کے نتیجہ میں جسم، دل، دماغ، جگر، گردے، خصیئے، وغیرہ دباؤ اور تناؤ میں آکر اپنے افعال کو انجام دینے میں قاصر ہو جاتے ہیں۔ وہ بند بند رہنے لگتے ہیں۔ جیسا کہ کھانے کے بعد دیر تک کھانے کا معدہ میں پڑے رہنا۔ اس کی وجہ سے خون کی کمی، کمزوری، سوئیاں چبھنا، بے خوابی اور تھکاوٹ ظاہر ہوتی ہے۔

اس کا نتیجہ یہ نکلتا ہے کہ ہر قسم کے کام، خواہش، اور چیز سے دل چڑھ جاتا ہے، ان سے دلچسپی ختم ہو جاتی ہے، ان کو انسان فضول سمجھنے لگتا ہے، ان کو چھوڑنے کے دماغ بہانے ڈھونتا ہے، سوچ ہر چیز کے بارے میں منفی ہو جاتی ہے، کھانے کو، کھیلنے کو، نہانے کو، گھومنے کو، سونے کو، اپنی ذمہ داری پوری کرنے کو دل نہیں کرتا ہے، حتی کہ بانجھ پن، فالج، لقوہ، کینسر، یرقان، رسولی، گلٹیاں، درد، بدہضمی، خشکی، بے چینی، روشنی سے نفرت، مردوں سے نفرت، بائیں بازوں کا درد، یا جسم کی بائیں جانب چھوٹی چھوٹی جگہ پر درد، سر کی گدی میں درد، کنپٹیوں میں درد، بلکہ موت تک واقع ہو جاتی ہے۔

ایک بہت ہی عجیب بات ڈپریشن کے مریضوں میں دیکھنے میں آتی ہے کہ ان کو ہمدردی اچھی لگتی ہے اور نہ ہی اپنے آپ سے کسی کو منہ موڑنا اچھا لگتا ہے۔ یہ عجیب بات ہے کہ دونوں طرفوں سے ہی نفرت ہوتی ہے۔

اکثر ڈپریشن کے مریض کو معلوم ہی نہیں ہوتا کہ وہ ڈپریشن میں ہے۔ ہو سکتا ہے کہ آپ میں ان میں سے ہوں، کہ آپ کو معلوم ہی نہ ہو کہ آپ ڈپریشن کے مریض ہیں۔اس مضمون میں ڈپریشن کی علامات لکھی ہیں، ان کو پڑھ کر اپنے بارے میں فیصلہ کر لیں کہ آپ ڈپریشن میں ہیں یا نہیں۔ یہ بات حقیقت ہے کہ بڑے سے بڑا سمجھدار بھی یہ جان نہیں سکتا کہ وہ ڈپریشن کا مریض ہے۔

ایک علامت بہت خاص ہے، جو ڈپریشن کے ہر مریض میں پائی جاتی ہے۔ وہ یہ کہ "جب کوئی بری خبر یا ڈر کا واقعہ پیش آتا ہے تو وہ ذہن میں اس طرح بیٹھ جاتا ہے کہ نکلنے کا نام ہی نہیں لیتا اور اس کے بارے میں بار بار سوچتا رہتا ہے"۔ اگر یہ علامت آپ میں موجود ہے تو آپ ڈپریشن کے مریض ہیں، اگرچہ آپ کو اپنی ڈپریشن کا سبب معلوم نہ ہو۔ ڈپریشن کی ایک دوسری اہم ترین علامت پاؤں کا یا بائیں بازو کا سن ہونا ہے، ان میں چیونٹیاں چلنا ہے،۔ ایک اہم ترین علامت آنکھوں پر دباؤ کا احساس ہے۔

سر کے بال گرنا بھی اکثر ڈپریشن کی وجہ سے یا خون کی کمی کی وجہ سے یا کینسر کی وجہ سے ہوتا ہے۔اس لئے نیٹرم میور سے بال گھنے ہو جاتے ہیں۔

ایک وقت آتا ہے کہ ڈپریشن کی وجہ سے دماغ اس قدر کمزور ہو جاتا ہے کہ ہر وقت خیالات ذہن میں چلتے رہتے ہیں اور آپ کسی نہ کسی بات کے بارے میں مسلسل سوچتے رہتے ہیں۔ آپ چاہ کر بھی اپنے دماغ کو سوچنے سے روک نہیں سکتے۔ آپ کے دماغ میں اتنی طاقت ہی باقی نہیں رہتی ہے کہ وہ آرام کر سکے۔ حتیٰ کہ نیند میں بھی مسلسل سوچتے رہتے ہیں، اور جیسے ہی صبح اٹھتے ہیں تو آپ کسی نہ کسی بات کے بارے میں سوچ رہے ہوتے ہیں۔ بعض اوقات اتنی سوچیں آتی ہیں کہ سو سکنا بھی مشکل ہو جاتا ہے۔ اس طرح آپ کا دماغ سوچ سوچ کر کمزور ہوتا جاتا ہے۔ وہ پاگل بھی ہو سکتا ہے۔ ڈپریشن سے بے خوابی پیدا ہوتی ہے۔

ڈپریشن کا انسان کی قوت فیصلہ پر بہت برا اثر پڑتا ہے۔ وہ کم ہوتی ہوتی ختم تک ہو جاتی ہے۔ آپ کسی بھی کام کے فیصلہ کرنے میں بہت وقت لگاتے ہیں۔

ڈپریشن ایک ایسی بیماری ہے جو آپ کے جسم میں ہر قسم کی بیماری پیدا کرنے کی صلاحیت رکھتی ہے۔ یہ بہت بری بیماری ہے۔ شدید ڈپریشن کے مریضوں کو ایسا محسوس ہوتا ہے کہ دنیا کی ہر بیماری اس کو لگ گئی ہے۔ یہ صرف احساس نہیں ہوتا بلکہ حقیقت میں اس کی زندگی میں بہت زیادہ مسائل و تکلیفات آجاتے ہیں۔ اللہ تعالی سب انسانوں کو ڈپریشن سے بچائے۔

❖ ڈپریشن میں کیسا محسوس ہوتا ہے؟

ڈپریشن کی بیماری کی شدت عام اداسی کے مقابلے میں جو ہم سب وقتاً فوقتاً محسوس کرتے ہیں کہیں زیادہ گہری اور تکلیف دہ ہوتی ہے۔ اس کا دورانیہ بھی عام اداسی سے کافی زیادہ ہوتا ہے اور مہینوں تک چلتا ہے۔ درج ذیل علامات ڈپریشن کی نشاندہی کرتی ہیں۔ ضروری نہیں کہ ہر مریض میں تمام علامات موجود ہوں، لیکن اگر آپ میں ان میں سے کم از کم چار علامات موجود ہوں، تو اس بات کا امکان ہے کہ آپ ڈپریشن کے مرض کا شکار ہوں۔

۱۔ ہر وقت یا زیادہ تر وقت اداس اور افسردہ رہنا۔ ناخوش، دکھی، توانائی کی کمی، افسردگی محسوس کریں۔ یہ احساس جائے گا نہیں اور دن کے کسی خاص وقت، اکثر صبح کو بدتر ہو سکتا ہے۔ اکثر عصر سے رات ۲ بجے تک ڈپریشن زیادہ ہوتی ہے۔

۲۔ جن چیزوں اور کاموں میں پہلے دلچسپی ہو، ان میں دل نہ لگنا، کسی چیز میں مزانہ آنا۔ کسی چیز سے خوش نہیں ہو سکتے

۳۔ جسمانی یا ذہنی کمزوری محسوس کرنا، بہت زیادہ تھکا تھکا محسوس کرنا۔

۴۔ روز مرہ کے کاموں یا باتوں پہ توجہ نہ دے پانا۔ مناسب طریقے سے متوجہ نہیں رہ سکتے۔ یکسوئی میں کمی۔

۵۔ اپنے آپ کو اوروں سے کمتر سمجھنے لگنا، خود اعتمادی کم ہو جانا۔ خود کو مجرم اور بے وقعت محسوس کرتے ہیں

۶۔ ماضی کی چھوٹی چھوٹی باتوں کے لیے اپنے آپ کو الزام دیتے رہنا، اپنے آپ کو فضول اور ناکارہ سمجھنا۔

۷۔ مستقبل سے مایوس ہو جانا۔

۸۔ خودکشی کے خیالات آنا یا خودکشی کی کوشش کرنا۔ ناامیدی محسوس کرنا شروع کر دیتے ہیں۔

۹۔ نیند خراب ہو جانا۔ یا دیر سے نیند آنا۔ رات ۲ بجے تک سوچتے رہنا۔

۱۰۔ بھوک خراب ہو جانا۔ کھانے کے بعد کھانے کا جلد ہضم نہ ہونا۔

۱۱۔ لوگوں سے میل ملاقات میں دلچسپی اور دوستوں سے رابطہ کھو دیتے ہیں

۱۲۔ فیصلے کرنے میں مشکل محسوس کرتے ہیں۔

۱۳۔ مایوسی کا شکار ہو جاتے ہیں۔

۱۴۔ بہت یا زیادہ منفی خیالات کا آنا۔

۱۵۔ سر درد یا پیٹ کی خرابی رہتی ہے

۱۶۔ جنسی تعلقات میں دلچسپی کھو دیتے ہیں۔

۱۷۔ کھا نہیں سکتے اور وزن کھو دیتے ہیں یا دوسری صورت یہ بنتی ہے کہ زیادہ سکون سے کھا سکتے ' ہیں اور وزن بڑھا لیتے ہیں۔

۱۸۔ دوسرے لوگ محسوس کر سکتے ہیں کہ آپ :کام پر غلطیاں کرتے ہیں یا توجہ نہیں دے پاتے۔ غیر معمولی طور پر خاموش اور پیچھے ہٹتے نظر آتے ہیں یا لوگوں سے گریز کر رہے ہیں۔ معمول سے زیادہ چیزوں کے بارے میں فکر کرتے ہیں۔ معمول سے زیادہ چڑچڑے ہیں۔ معمول سے زیادہ یا کم سو رہے ہیں۔ مبہم جسمانی مسائل کی شکایت کرتے ہیں۔اپنی اچھی طرح سے دیکھ بھال کرنا چھوڑ دیتے ہیں –آپ اپنے بال یا کپڑے نہیں دھوتے۔اپنے گھر کی ٹھیک طرح سے دیکھ بھال کرنا چھوڑ دیتے ہیں –آپ کھانا پکانا چھوڑ دیتے ہیں، چیزیں سلیقے سے نہیں رکھتے یا اپنے بستر پر چادریں تبدیل کرنا بھول جاتے ہیں۔

❖ یہ کیسے معلوم ہو کہ آپ کو ڈپریشن ہے؟

میں اپنے کلینکل تجربہ کی بنیاد پر کچھ یقینی باتیں بتاتا ہوں جس سے آپ کو معلوم ہو جائے گا کہ آپ کا مریض ڈپریشن میں مبتلاء ہے۔

۱۔ اگر کسی بھی قسم کی بری خبر یا ڈر والی خبر آپ کے دل پر گہرا اثر کر جاتی ہے اور وہ ذہن سے نکلنے کا نام ہی نہیں لیتی تو آپ ڈپریشن کے مریض ہیں۔

۲۔ اگر عصر کے بعد دل میں اداسی غمگین افسردگی ہونے لگتے ہیں۔ یہ جیسے جیسے رات ہوتی جاتی ہے تو بڑھتی جاتی ہے، یہ رات ۲ بجے تک جاری رہی ہے تو آپ ڈپریشن کے مریض ہیں۔

۳۔ اگر رات کو سونے کے وقت غمگین گانے یا نعتیں سننے کی عادت ہے۔ رات کو پریشان کن باتیں بار بار ذہن میں چلتی رہتی ہیں یا کسی کی یاد رآتی رہتے ہیں۔ یہ ہر روز یا اکثر دنوں میں ہوتا ہے، آپ اکثر راتوں میں روتے رہتے ہیں، تو آپ ڈپریشن کے مریض ہیں۔

۴۔ اگر آپ کو نمک بہت زیادہ کھانے کی عادت ہے، تو آپ ڈپریشن کے مریض ہیں۔

۵۔ اگر آپ کو بار بار نزلہ زکام لگتا ہے۔ یہ زکام ناک کی دونوں طرف سے برابر نکلتا ہے، تو آپ ڈپریشن کے مریض ہیں۔

۶۔ اگر آپ کو بار بار ایسا بخار ہو رہا ہے جس میں سردی بہت زیادہ لگتی ہے، یہ دن 11 بجے اکثر ہوتا ہے، پسینہ آنے یا ڈکار آنے یا پیشاب آنے یا نیند آنے یا قے آنے یا گیس خارج ہونے سے سکون ملتا ہے، آپ کو پیاس بہت زیادہ لگتی ہے، کچھ کھانے کو دل نہیں کرتا ہے، صبح کے وقت منہ کا ذائقہ کڑوا ہوتا ہے، تو آپ ڈپریشن کے مریض ہیں۔

۷۔ اگر 50 سال سے قبل ہی آپ کے سر کے بال گر گئے ہیں یا سفید ہو چکے ہیں یا داڑھی کے بار سفید ہو چکے ہیں تو آپ ڈپریشن کے مریض ہیں۔

۸۔ اگر سورج کی روشنی سے نفرت کرتے ہیں، آپ تنہائی میں زیادہ وقت گزارنا چاہتے ہیں، بہت کم بولتے ہیں بہت کم کھیلتے ہیں، خیالی دنیا میں ہی کھوئے رہتے ہیں، سوشل تعلقات کم ہی قائم کرتے ہیں، لوگوں سے ملنا جلنا کم کر دیا ہے یا بالکل ختم کر دیا ہے یا آپ گھر میں ہی ہر وقت رہتے ہیں، گھر میں قید ہو کر رہ گئے ہیں تو آپ ڈپریشن کے مریض ہیں۔

۹۔ اگر آپ کی دنیا سے دلچسپی ختم ہو چکی ہے۔ اپنے ہر کام سے دلچسپی اور لگاؤ ختم ہو چکا ہے۔ ہر چیز سے دل تنگ پڑ چکا ہے۔ اپنی پسند کی چیزیں اور کام بھی ناپسند بن چکے ہیں۔ کھیلنے اور لوگوں سے ملنے کو بھی دل نہیں کرتا ہے۔ آپ کا روز مرہ کے عام کاموں میں دل ہی نہیں لگتا، تو آپ ڈپریشن کے مریض ہیں۔

۱۰۔ اگر دو سے تین دن مسلسل کسی کام کو کرنے کا دل نہیں کر رہا تو آپ کو ڈپریشن ہے یا نظر بد لگی ہے یا آپ پر جادو کا اثر بھی ہو سکتا ہے۔

۱۱۔ اگر آپ کے کندھوں جھکے ہیں، چہرا جھکا ہے، چہرے پر اداسی کے اثرات ہیں، آنکھوں میں چمک باقی نہیں ہے، آپ سست لاپرواہ ہیں، تو آپ ڈپریشن کے مریض ہیں۔

۱۲۔ اگر آنکھوں کے اوپر بھاری پن کے ساتھ درد سر ہے، تو آپ ڈپریشن کے مریض ہیں۔

۱۳۔ اگر گدی میں درد سر دباؤ والا ہو اور بائیں بازو میں سن ہونے کا احساس ہو، تو آپ ڈپریشن کے مریض ہیں۔

❖ ڈپریشن کے بارے میں لوگوں کی کم علمی!

ڈپریشن ذہنی بیماری ہے۔ یہ ایک عام بیماری ہے۔ اکثر لوگ یہ جانتے ہی نہیں ہوتے کہ میرا دوست یا میرا رشتہ دار ڈپریشن میں ہے۔

ڈپریشن کے مریض کے بارے میں لوگوں کا بہت منفی رویہ ہیں، اور اس ذہنی بیماری کو بیماری نہیں سمجھتے ہیں۔ وہ انسان کے اپنے بس میں نہیں ہوتی، دماغ پر قابو ڈالنا مشکل ہوتا ہے۔ وہ یہ سمجھتے ہیں کہ وہ ڈرامہ کر رہا ہے یا اس کی عادت ہے یا وہ صرف وہمی ہے وغیرہ۔ لوگ ڈپریشن کے مریض کو مریض نہیں سمجھتے ہیں۔ یہ غلط بات ہے۔ بیماری کو بیماری نہ ماننا غلط بات ہے۔ جیسا کہ اکثر ایلوپیتھک مرتے ہو درد میں مبتلاء مریض کو کہہ دیتے ہیں کہ اس کو کچھ نہیں ہے۔ اس لئے کہ ان کی مشینی رپوٹ میں کچھ نہیں آیا۔ یہ غلط بات ہے۔

لوگ اس کو اسی کی پریشانی کو دور کرنے کا طریقہ نہیں بتاتے بلکہ اس کو یہ کہتے ہیں کہ یہ صرف آپ کے دماغ کا قصور ہے۔ یہ بھی غلط بات ہے۔

یا اس کی سوچ یا بات کو غلط ثابت کرنے کی کوشش کی جاتی ہے۔ یہ بھی غلط بات ہے۔

بلکہ اکثر لوگ اس کے خلاف ہو کر اس کی مذمت کرنے لگتے ہیں۔ یہ کہتے ہیں کہ تم نے سارے گھر کا ماحول خراب کیا ہوا ہے۔ اس کو کہتے ہیں کہ سب کچھ تو تمہارے پاس ہے، پھر تم کو کس چیز کی ڈپریشن ہے۔

اس لئے لوگوں میں ڈپریشن کی بیماری کے بارے میں شعور بیدار کرنا ضروری ہے اور اس کا ہر ایک کو علاج آنا چاہئے۔ ڈپریشن کے مریض کی ہر ایک کو مدد کرنی چاہئے۔ اس کو یہ احساس دلائیں کہ ہم ہر بات میں تمہارے ساتھ ہیں۔ اس کو محبت اور دلجوئی کی ضروری ہے۔ اس کا ساتھ کبھی نہیں چھوڑنا چاہئے۔ ڈپریشن کے مریض کو غیر ضروری مشورہ نہ دیں۔ اس کو کام کرنے پر مجبور نہ کریں۔ اس کو خوش کرنے کے طریقے تلاش کریں۔ اس کی بات سنیں۔ اس کی بات کو اہمیت دیں۔ اس کی ڈپریشن کی وجہ کو دور کرنے کی کوشش کریں۔ ساتھ نہ چھوڑ دینا۔ اکثر لوگ ڈپریشن کے مریض کا ساتھ چھوڑ دیتے ہیں، ساتھ چھوڑنا مطلب پرست لوگوں کا کام ہے، آپ ان میں نہ ہونا۔ اپنا اور اپنے ارد گرد لوگوں کا خیال رکھیں۔

ڈپریشن کے مرض میں مبتلاء مریض بہت اذیت میں ہوتا ہے۔ اس کی زندگی جہنم بن چکی ہوتی ہے۔ وہ مسلسل تباہی کی طرف جا رہا ہوتا ہے۔ اکثر لوگ اس کی کیفیت کو سمجھتے ہی نہیں۔ لوگوں میں ڈپریشن کے بارے میں معلومات کم ہے۔

اگر مصیبت آئے اور وہ گزر جائے، آپ پر اس کے کوئی اثر باقی نہ رہے تو یہ عام بات ہے۔ یہ بیماری نہیں۔ اگر کوئی مصیبت، پریشانی، دباؤ وغیرہ آئے تو وہ مسلسل ذہن میں رہے، اس کے بعد جسم پر اس کے اثرات ظاہر ہونے لگیں، عام زندگی کو متاثر کرنے لگے، تو یہ ڈپریشن کہلاتی ہے۔ یہ بیماری ہے۔

ایک اہم ترین بات یاد رکھیں کہ: جب آپ پر کوئی بڑی مصیبت آتی ہے اور آپ شدید پریشانی میں چلے جاتے ہیں۔ پھر دو چار ماہ کے بعد وہ ختم ہو جاتے ہیں۔ مگر اس کی کچھ علامات ہمیشہ کے لئے باقی رہ جاتی ہیں۔ آپ یہ سمجھ رہے ہوں گے کہ پریشانی کا وقت جب گزر گیا ہے تو ڈپریشن ختم ہو گئی ہو گی۔ مگر حقیقت یہ ہے کہ وہ ڈپریشن ہمیشہ کے لئے دماغ میں ٹھہر چکی ہے۔ اس طرح یہ ڈپریشن آپ کے دماغ میں گھر کر لیتے ہیں۔ اندر ہی اندر جسم کو کمزور کرتی رہتی ہے۔ اس کی جڑ کو ختم کرنا لازمی ہوتا ہے۔ یہ نیٹرم میور سے جڑ سے ختم ہو جاتی ہے۔

ہمارے معاشرے میں ڈپریشن اور اس کے علاج سے متعلق بہت توہمات پائی جاتی ہیں۔ آپ کسی سے ذکر کریں کہ آپ ڈپریشن کا شکار ہیں یا اس کا علاج کروا رہے ہیں تو آپ کو اکثر یہ سننے کو ملتا ہے کہ ڈپریشن کوئی بیماری نہیں بلکہ کردار کی کمزوری ہے یا گناہ کا احساس ہے۔' اس لئے لوگ اپنے آپ کو ڈپریشن کا مریض کہنے سے ڈرتے ہیں۔

ایلوپیتھک ڈاکٹر نے اس کے بارے میں جو کچھ لکھا ہے اس سے معلوم ہوتا ہے کہ یہ لاعلاج مرض ہے۔ مگر صحیح یہ ہے کہ ڈپریشن کا بے حد مؤثر علاج موجود ہے۔ وہ ہومیوپیتھک نیٹرم میور دواء ہے۔

❖ میں کسی ایسے شخص کی مدد کیسے کروں جسے ڈپریشن ہو؟

ڈپریشن کے مریض کی بات سنیں: یہ جتنا لگتا ہے اس سے زیادہ مشکل ہو سکتا ہے۔ آپ کو بار بار ایک ہی بات سننی پڑ سکتی ہے۔ عام طور پر بہتر ہے کہ مشورہ نہ دیا جائے جب تک کہ اس کے لئے درخواست نہ کی جائے چاہے جواب آپ کو بالکل واضح معلوم ہو۔ اگر ڈپریشن کسی خاص مسئلے کی وجہ سے ہوئی ہے تو آپ اس کا حل یا کم از کم مشکل سے نمٹنے کا طریقہ تلاش کرنے میں مدد کر سکتے ہیں۔

ڈپریشن کے مریض کے ساتھ وقت گزاریں: ڈپریشن والے شخص کے ساتھ صرف وقت گزارنا بھی مفید ہے۔ انہیں یہ بتانے سے کہ آپ ان کے لئے موجود ہیں انہیں بات کرنے کی ترغیب دینے اور بہتر محسوس کرنے کے لئے کام جاری رکھنے میں مدد مل سکتی ہے۔

ان کی ڈھارس (شفاء کی امید) بندھائیں: جس شخص کو ڈپریشن ہو اس کے لئے یہ یقین کرنا مشکل ہوگا کہ وہ کبھی بہتر ہو سکتا ہے۔آپ ان کی ڈھارس بندھا سکتے ہیں کہ وہ بہتر ہو جائیں گے لیکن آپ کو یہ بات بار بار دہرانی پڑ سکتی ہے۔

ان کی ذاتی دیکھ بھال کی حمایت کریں: یہ بات یقینی بنائیں کہ وہ کافی خوراک خرید رہے ہیں اور باقاعدگی سے کھا رہے ہیں۔ان کی خوراک میں اچھی مقدار میں مٹن، ڈارئی فروٹ، انڈا، پھل اور سبزیاں شامل ہوں۔آپ باہر نکلنے اور کچھ ورزش یا دیگر خوشگوار سرگرمیاں کرنے میں ان کی مدد کر سکتے ہیں، جو ان کے جذبات سے نمٹنے کے لئے شراب یا منشیات کے استعمال کا بہتر متبادل ہو سکتی ہیں۔

انہیں سنجیدگی سے لیں: اگر وہ بدتر ہو رہے ہیں اور جینا نہیں چاہتے یا خود کو نقصان پہنچانے کا اشارہ کرنا شروع کر دیتے ہیں تو انہیں سنجیدگی سے لیں۔اس بات کو یقینی بنائیں کہ وہ اپنے ڈاکٹر کو بتائیں۔

انہیں مدد قبول کرنے کی ترغیب دیں: ان کی حوصلہ افزائی کریں کہ وہ اپنے ڈاکٹر سے ملیں، اپنی دوائیں لیں یا اپنے معالج یا مشیر سے بات کریں۔اگر وہ اپنے علاج کے بارے میں فکر مند ہوں، تو ان کی حوصلہ افزائی کریں کہ وہ اپنے ڈاکٹر سے اس بارے میں بات کریں۔

اپنا خیال رکھیں: ڈپریشن میں مبتلا کسی شخص کی مدد کرنا جذباتی طور پر تھکا دینے والا کام ہو سکتا ہے۔اس لئے آپ اپنی ذہنی صحت و تندرستی کا خیال رکھنا بھی یقینی بنائیں۔

❖ ڈپریشن کس وجہ سے ہوتی ہے؟

بہت مرتبہ ڈپریشن موروثی بھی ہوتا ہے۔اگر آپ کی ماں یا باپ کو ڈپریشن ہے تو یہ ڈپریشن ان سے آپ کی طرف ضرور بر ضرور منتقل ہوگا۔

مزاج کی خرابی؛ کچھ لوگوں کا مزاج ہی ایسا ہوتا ہے کہ وہ کوئی بات برداشت نہیں کرتے، کسی قسم کی تنقید بھی برداشت نہیں کرتے، کوئی پریشانی نہ بھی ہو تو بھی وہ غمگین ہو جاتے ہیں۔اسی طرح کچھ لوگ چھوٹی سی بات کا بتنگڑ بنانے کی عادت رکھتے ہیں۔یہ ہمیشہ ڈپریشن میں رہتے ہیں۔

لوگوں کی جھوٹی باتیں یا جھوٹی خبریں اور الزام تراشی بھی ڈپریشن کا سبب بنتی ہیں۔اس کا حل یہ ہے کہ آپ لوگوں کی باتوں کی طرف توجہ دینا اور ان کو دل پر لینا چھوڑ دیں۔زیادہ تر لوگ بے وقوف، جاہل، مفاد پرست، جھوٹے، منافق، حریص، دھوکہ باز، حرام خور، ظالم، منفی سوچ کے حامل، شیطان صفت، متکبر، مغرور، گناہ گار ہوتے ہیں۔اس لے لوگوں کی باتوں کو دل پر لینے کا کوئی فائدہ نہیں ہے۔جب لوگوں کی کوئی اوقات نہیں تو ان کی بات کی بھی کوئی اہمیت نہیں۔

دوسری بات یہ ہے کہ آپ ہمیشہ اچھی باتوں کی طرف توجہ رکھیں اور بری باتوں کو اگنور کر دیں۔جس طرح آپ بازار میں جاتے ہیں۔وہاں سے اچھی عمدہ معیاری اشیاء خرید لیتے ہیں اور خراب غیر معیار چیزوں کو چھوڑ دیتے ہیں۔اس لئے لوگ جو آپ کے بارے میں منفی سوچ رہے ہیں یا غلط بات کر رہے ہیں اس کو چھوڑ دیں۔لوگ جو آپ کی تعریف کرتے ہیں اس کی طرف توجہ دیں۔

ماں باپ کی مار یا جھڑک کی وجہ سے ڈپریشن ہو جاتی ہے۔ہر ماں باپ رحم دل، نیک، اچھے نہیں ہوتے۔یہ عقیدت کی پٹی آنکھ سے اتار کر دیکھنا چاہئے۔

ایسے بچے جن کی ہر جگہ پر ماں باپ پروٹیکشن اور تحفظ زیادہ کرتے ہیں تو جب ان بچوں کو کوئی بڑا معاملہ پیش آتا ہے تو ان بچوں میں مشکل کا سامنا کرنے کی طاقت اور عادت نہ ہونے کی وجہ سے یہ بچے ڈپریشن کا شکار ہو جاتے ہیں۔

پڑھائی میں ناکامی کی وجہ سے ڈپریشن ہو جاتی ہے۔

عشق میں ناکامی کی وجہ سے ڈپریشن ہو جاتی ہے۔اللہ تعالی کے لئے اپنی محبت کو چھوڑ دیں۔

شادی میں تاخیر کرنا بھی اولاد کے لئے اکثر ڈپریشن کا سبب بنتا ہے۔شادی جلدی کروائیں

غربت کی وجہ سے ڈپریشن ہو جاتی ہے۔علم حاصل کریں، کوئی ہنر سیکیں، کوئی اچھا کام کریں، کسی نہ کسی کی کچھ نہ کچھ مدد کرتے رہنا۔ناکامیوں سے پریشان نہ ہونا، مسلسل کام کرتے رہیں، ان شاء اللہ کامیابی ملے گی۔کوئی بھی کام سیکھے بغیر نہ کرنا۔علم انسان کی ذہنی صلاحیت کو بڑھاتا ہے۔ہنر سے پیسے کمائے جاتے ہیں۔ناکامیاں ہر کام میں آتی ہیں۔جب آپ کوئی کام کر رہے ہیں اور اس کام سے بقدر ضرورت آمدنی نہیں ہو رہی تو کوئی دوسرا کام سیکھ لیں۔

کاروبار نہ ملنے کی وجہ سے ڈپریشن ہو جاتی ہے۔

کاروبار میں ناکامی کی وجہ سے ڈپریشن ہو جاتی ہے۔

کسی پیارے کی موت کی وجہ سے ڈپریشن ہو جاتی ہے۔یہ یقین جان لیں کہ جو دنیا میں آیا ہے اس نے جانا ہے میں نے بھی اور آپ نے بھی، سب نے۔

بے عزتی کی وجہ سے ڈپریشن ہو جاتی ہے۔

اپنی کوئی مراد یا بڑی خواہش پوری نہ ہونے کی وجہ سے ڈپریشن ہو جاتی ہے۔ یہ احساس کہ میں useless ہوں، ناکام ہوں، یہ بھی ڈپریشن کا سبب ہے۔

بے اولادی کی وجہ سے بھی ڈپریشن ہو جاتا ہے۔

ڈپریشن معدہ کی خرابی اور غذا کے ٹھیک طرح سے ہضم نہ ہونے سے بھی ہو جاتی ہے۔اس سے خون کی کمی ہوتی ہے، اور خون کی کمی سے پریشانی پیدا ہوتی ہے۔

ڈپریشن کی وجہ سے بھی معدہ خراب ہو جاتا ہے۔

خون کی کمی سے بھی ڈپریشن ہو جاتا ہے۔ جیسا کہ اگر آپ نے کسی کو خون دیا یا آپ کا آپریشن ہوا یا آپ کا خون ضائع ہوا یا آپ کا ایکسیڈنٹ ہوا یا آپ نے بہت زیادہ ماسٹر بیشن کی تو اس سے خون کی کمی ہو کر بھی دماغ کمزور ہو جاتا ہے۔ بعد میں ڈپریشن ہو جاتا ہے۔ ماسٹر بیشن کے ہر میں میں ڈپریشن ضروری ہوتا ہے، اسے معلوم ہو یا نہ ہو۔

جب آپ بہت زیادہ اپنے آپ کو کام کر کر کے تھکا دیتے ہیں تو یہ تھکاوٹ بھی ڈپریشن کا سبب بنتی ہے۔

کثرت جماع بھی ڈپریشن کا ایک سبب ہے۔

حیض کی خرابی بھی ڈپریشن کا ایک سبب ہے۔

تھائیرائیڈ بھی ڈپریشن کا سبب ہے۔

آسمان پر بادل کی موجودگی بھی ڈپریشن کا سبب ہے۔

سمندر کے پاس رہنا بھی ڈپریشن کا سبب بنتی ہے۔

ولادت کے بعد بھی ماں میں ڈپریشن ہو جایا کرتی ہے۔

سوشل میڈیا اور اخبار بھی ڈپریشن کی ایک وجہ ہے۔ ہم جب مسلسل لوگوں کی پریشانیاں، دکھ، غم، درد، اور تباہیاں دیکھتے ہیں تو ہمدردی کی وجہ سے خود ڈپریشن کے مریض بن جاتے ہیں۔ اس کا ایک ہی حل ہے کہ خبروں سے حتی الامکان دور رہیں۔ صحبت گہرا اثر رکھتی ہے۔ آپ موٹی ویشن سپیکر کو سنا کریں۔ آپ اگر کسی غمگین کے غم کو دور نہیں کر سکتے تو اس سے خود دور ہو جائیں۔

آپ کو معلوم ہو گیا ہو گا کہ ڈپریشن کا سبب کیا کیا چیزیں ہیں۔ اب کوئی یہ نہیں کہہ سکتا کہ ہمیں ڈپریشن کا ریزن ہی معلوم نہیں ہے۔

جو لوگ الکحل بہت زیادہ پیتے ہیں ان میں سے اکثر لوگوں کو ڈپریشن ہو جاتا ہے۔ بعض دفعہ یہ پتہ نہیں چلتا کہ انسان شراب پینے کی وجہ سے ڈپریشن کا شکار ہو گیا ہے یا ڈپریشن کی وجہ سے شراب زیادہ پینے لگا ہے۔ جو لوگ شراب بہت زیادہ پیتے ہیں ان میں خودکشی کرنے کا خطرہ عام لوگوں کی نسبت زیادہ ہوتا ہے۔

خواتین میں ڈپریشن ہونے کا امکان مرد حضرات سے زیادہ ہوتا ہے۔ اس لئے کہ عورتیں زیادہ نرم دل ہوتی ہیں اور وہ جسمانی کام بھی کم کرتی ہیں۔ مرد سخت جسم اور طبیعت والے ہوتے ہیں۔ اکثر مرد شدید محنت بھی کرتے ہیں۔

❖ ڈپریشن کس عمر میں زیادہ تر ہوتی ہے؟

بلوغت کے بعد، شادی کے بعد، یا 35 سال کی عمر میں دنیا کے 80% لوگوں کو ڈپریشن ہو جاتی ہے۔ مگر اکثر لوگوں کو یہ علم ہی نہیں ہوتا کہ وہ ڈپریشن کے مریض ہیں۔ جب زندگی کے 10 یا 20 سال تباہ ہو جاتے ہیں تو پھر معلوم ہوتا ہے کہ میں ڈپریشن کا مریض تھا۔

نوٹ: ٹی بی کی طرح ڈپریشن بھی موروثی بیماری ہے۔ یہ والدین کی طرف سے اولاد کی طرف لازمی منتقل ہوتی ہے۔ یہ انسانیت کی عام بیماری ہے۔

❖ کیا ایلوپیتھک ڈاکٹر کے پاس ڈپریشن کا علاج ہے؟

نہیں۔ کسی بھی ایلوپیتھک ڈاکٹر کے پاس ڈپریشن کا کوئی مستقل علاج نہیں ہے۔ ان کی اینٹی ڈپریشن ادویہ وہ نشہ کی ادویہ دیتے ہیں اور مریض کو زیادہ سے زیادہ نیند میں رکھتے ہیں۔ دماغ کو سن کر دیتی ہیں۔ اعصاب کو کمزور سے کمزور کر دیتی ہیں۔ اس کے نتیجہ میں مریض کے اعصاب دن بدن کمزور سے کمزور ہوتے جاتے ہیں۔ ہاضمہ خراب سے خراب تر ہوتا جاتا ہے۔ اس لئے لوگ ڈپریشن کی دواء لینے سے ڈرتے ہیں۔ یہ ایلوپیتھک ڈاکٹروں کی بے وقوفیوں کی وجہ سے ہوتا ہے۔ اس لئے ڈپریشن کے علاج کے لئے کسی بھی ایلوپیتھک ڈاکٹر کے پاس جانا فضول ہے۔

یہ بات یاد رکھنا کہ نیٹرم میور ہومیوپیتھک دواء جسم میں نشہ پیدا نہیں کرتی، وہ اعصاب کو کمزور بھی نہیں کرتی، وہ ہاضمہ کو خراب بھی نہیں کرتی بلکہ صرف اور صرف شفاء دیتی ہے۔

دوسری اہم بات کہ یہ دواء تمام زندگی بھی نہیں کھانے پڑتی۔ ہومیوپیتھک ادویہ مریض کو اپنا عادی نہیں بناتی ہیں۔ایک وقت آتا ہے کہ ڈپریشن جڑ سے ختم ہو جاتے ہیں اور یہ دواء بھی بند ہو جاتی ہے۔

لوگ اپنی ڈپریشن کو مٹانے کے لئے غلط طریقے بھی استعمال کرتے ہیں جیساکہ شراب، ماسٹربیشن، گھر چھوڑ کر بھاگ جانا، اپنے آپ کو مار ڈالنا۔ یہ غلط طریقہ کار ہے۔آپ ڈپرشن کا علاج تلاش کریں، اس پر بات کریں، سوشل میڈیا سے بھی اس کے بارے میں ریسرچ کریں۔

اہم بات یہ ہے کہ: ڈپریشن کی وجوہات جسمانی اور مادی نہیں بلکہ روحانی اسباب ہیں۔ میڈیکل سائنس روحانیت کو مانتی نہیں، اس لئے ایلوپیتھک ڈاکٹر کہتے ہیں کہ ہمیں ڈپریشن کے اسباب کے بارے میں صحیح علم نہیں۔دوستوں آپ ان بے دین سائنس دانوں کی بات کا یقین نہ کرنا۔ جب ہمیں معلوم ہے کہ ڈپریشن صدمہ، کسی بڑے نقصان، بے عزتی وغیرہ سے ہوتا ہے، تو ان سب کو ڈپریشن کا سبب کہنا بجا ہوگا، جیساکہ ہومیوپیتھک کتابوں میں لکھا ہے۔اس لئے اپنے آپ کو وہم سے بچائیں۔

بلڈ پریشر اور دیگر بیماریوں کے لیے استعمال کی جانی والی دوائیں بھی ڈپریشن میں اضافے کا باعث بنتی ہیں۔ 'بہت سے لوگ سٹیرائڈز استعمال کرتے ہیں جس سے ان کا موڈ تبدیل ہو جاتا ہے۔ کچھ لوگ ان کی وجہ سے زیادہ ہشاش بشاش محسوس کرتے ہیں جبکہ کئی لوگ ڈپریشن کا شکار ہو جاتے ہیں۔'

ایلوپیتھک ڈاکٹر ڈپریشن کے مریض کو دماغی سکون دینے کے لئے نشہ آور ادویہ دیتے ہیں، تاکہ مریض ذہنی طور پر پرسکون رہے اور وہ زیادہ سویا کرے۔اس طرح بیماری اندر ہی اندر مریض کو دن بدن کمزور کرتی جاتی ہے، وہ ختم نہیں ہوتی، ظاہری جسم سے دور ہو جاتی ہے، اندر موجود رہتی ہے، دن بدن دماغ اور اعصاب کمزوری سے کمزور تر ہوتے جاتے ہیں۔اس کے نتیجہ میں طویل مدت کے بعد مریض کو کوئی نہ کوئی بہت بڑی بیماری لگ جاتی ہے۔اس لئے یہ ڈپریشن کا غلط علاج ہے۔ ہومیوپیتھک نے جو ڈپریشن کا علاج بتایا ہے، وہ صحیح ہے۔ مریض کی علامات کے مطابق نیٹرم میور، اگنیشیا امارہ، سیپیا وغیرہ۔اس لئے ایلوپیتھک سے دنیا تنگ آچکی ہے۔آپ اس سے دور رہنا۔

❖ ڈپریشن کس طرح سے ختم کی جائے؟

کسی قسم کا بھی ڈپریشن ہو، کسی بھی وجہ سے ہو، کسی بھی درجہ تک پہنچا ہو، اگرچہ ایلوپیتھک کے کاغذوں میں وہ لاعلاج ہو تو بھی اس کی دواء نیٹرم میور ہو گی۔ان شاء اللہ، نیٹرم میور 200 ایک قطرہ لینے کے 10 منٹ تک ڈپریشن ختم ہونا شروع ہو جائے گا، ایک گھنٹے تک مکمل ختم ہو جائے گا۔یہ ڈپریشن کی یقینی اور مجرب دواء ہے۔آپ کے پاس یہ ضرور ہونی چاہئے۔ کسی بھی ہومیوپیتھک سٹور سے مل جائے گی۔ دواء جرمنی شواب کی خریدیں۔

نیٹرم میور، الحمدللہ، اتنی قابل دواء ہے کہ ایک گھنٹے کے اندر اندر ہی ڈپریشن کو دور کر دیتی ہے۔اس کا مستقل کم از کم 6 ماہ کا استعمال کرنا ضروری ہوتا ہے۔طریقہ استعمال یہ ہے کہ: پہلے ایک ماہ نیٹرم میور 30 کا دن ۴ بجے ایک ایک قطرہ دیں۔ پھر نیٹرم میور 200 کا ہر 7 دن بعد ایک قطرہ دیں۔ٹوٹل 14 خوراکیں۔ پھر نیٹرم میور 1M کا ہر چالیس دن بعد ایک قطرہ دیں۔جب چوتھی ڈوز کے چالیس دن مکمل ہو جائیں تو نیٹرم میور 10M کی ایک ڈوز دیں۔ان شاء اللہ، اس سے ڈپریشن اور ڈپریشن کی وجہ سے ہونے والا گنج پن وغیر ختم ہو جائے گا۔الحمدللہ، نیٹرم میور سے بہت زیادہ ڈپریشن کے مریض شفایاب ہوئے ہیں۔یہ دواء اللہ تعالی کی بڑی نعمت سے کم نہیں ہے۔دنیا میں نیٹرم میور سے زیادہ موثر ڈپریشن کے لئے کوئی دواء نہیں ہے۔

نیٹرم میور ان تمام تکلیفات، امراض، دماغی خرابیوں اور جسمانی مسائل کو ختم کرنے کی صلاحیت رکھتی ہے جو ڈپریشن، اور پریشانی کی وجہ سے پیدا ہوئی ہیں۔وہ بڑی امراض ہوں یا چھوٹی امراض ہوں، اس سے کچھ فرق نہیں پڑتا۔

الحمدللہ، مجھے ڈپریشن کا علاج بالغذا بھی مل گیا ہے۔یہ طویل مدت سے ریسرچ کرنے اور بہت سے تجربات کے بعد مجھے معلوم ہوا ہے۔یہ ایسا علاج ہے تو مسلسل تمام زندگی بھی ہمیشہ ڈپریشن سے بچنے اور ڈپریشن کے خاتمہ کے لئے کیا جا سکتا ہے۔ میں نے اس کو اپنے اوپر بھی تجربہ بار بار کیا ہے، یہ کامیاب رہا ہے۔ بہت سے مریضوں پر بھی تجربہ کیا ہے، کامیاب رہا ہے۔جدید سائنس سے بھی اس کی تصدیق ہو چکی ہے۔وہ ڈرائی فروٹ ہیں۔ان میں چار اہم ترین چیزیں پائی جاتی ہیں جو ڈپریشن کم کرنے میں یقین اثر رکھتی ہیں۔وہ امیگا 3 فیٹی ایسڈ، پروٹین، ہیلدی فیٹ، اور وٹامنز، منرلز ہیں۔یہ سب ڈماغ کو طاقت دیتے، اس کی غذائیت کو پورا کرتے اور ڈپریشن کو یقینی طور پر ختم کرتے ہیں۔ان میں سے سب سے ضروری چیز امیگا 3 فیٹی ایسڈ ہے۔جدید سائنس کے مطابق یہ چیز ڈپریشن کو ختم کرتی اور حافظہ کو مضبوط کرتی ہے۔ کھانے کا طریقہ کار یہ ہے۔رات کے کھانے کو کم سے کم کر دیں اور رات کے کھانے کے ایک گھنٹہ بعد 25 گرام اخروٹ، 25 گرام پستہ، 25 گرام کاجو، 25 گرام بادام، 25 گرام انجیر، 25 گرام مونگ پھلی کھائیں۔ بعد میں ایک گلاس دودھ پی لیں۔ان شاء اللہ، ایک ہفتہ کے اندر ہیں ڈپریشن ختم ہو جائے گی۔ کم از کم ایک سال تک یہ کھائیں۔یہ بہت ہی قیمتی بات ہے جو میں نے آپ کو بتائی ہے۔

ڈرائی فروٹ میں ڈپریشن کو ختم کرنے میں سب سے زیادہ مفید اخروٹ ہے۔ان میں وافر مقدار میں امیگا تھری فیٹی ایسڈ فیٹ موجود ہے۔آپ ایسا بھی کر سکتے ہیں کہ ہر روز رات کے کھانے کے فوراً بعد 7 عدد اخروٹ اور نصف گلاس دودھ پی سکتے ہیں۔ 7 اخروٹ تقریباً 100 گرام بنتے ہیں۔ 100 گرام اخروٹ میں ایک دن میں جتنی امیگا تھری فیٹی ایسڈ کی ضرورت ہے، وہ موجود ہے۔ صرف اخروٹ سے بھی ڈپریشن ختم ہو جاتی ہے۔اس لئے ہر انسان کو چاہئے کہ جس طرح ہر روز روٹی کھانا لازمی سمجھتا ہے، اسی طرح